درة الطبيب

في التداوي بالأعشاب

والنباتات الطبيعية

* إعداد وتجميع *

محمد مصطفى أحمد بكوش

رقم الإيداع
٢٠١٢/٢٢٩٣٢

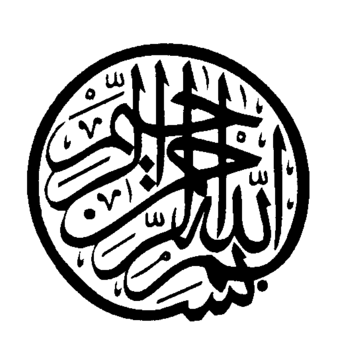
إهداء

أحمد الله -عز وجل- حمداً كثيراً يليق بعظمته -جلَّ شأنه- صاحب الفضل عليَّا في ما أنا به من نعم وأن وهب لي ثلاث . . .

الأول وليس له مثيل سيدي ومعلمي وقائدي سيدنا محمد ﷺ ، والأحباء العظماء في تربيتي الأدبية والعلمية والثقافية، وكل معرفتي بالدنيا أمي وأبي . . . شكراً جزيلاً لكم .

الكاتب

محمد مصطفى بكوش


بسم الله الرحمن الرحيم

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

* مقدمة

الحمد لله رب العالمين، ملء السموات والأرض وما بينهما، الحمد لله حمداً كثيراً بفضله ونعمته علينا.

الحمد لله الذي خلق لنا السموات والأرض وما فيهما من خيرات.

الحمد لله الذي خلق الأرض وما بها من نعم.

الحمد لله الذي خلقني وعلمني وهداني لعبادته.

الحمد لله الذي جعلني مسلمًا مُسبحًا راكعًا ساجداً له.

الحمد لله رب الكون رب العالمين رب كل شيء ومليكه.

والصلاة والسلام على سيدنا محمد ﷺ سيد الخلق أجمعين. حبيب الله وحبيب المسلمين، والصلاة والسلام على سيد العالمين القدوة والمعلم العبقري الذي علّم البشرية كل العلوم، وأفاد البشرية على مر العصور بنصائحه وتعاليمه في كل المجالات الدينية والسياسية والإجتماعية والإقتصادية، وأيضًا التعاليم الأسرية والطبية، وفي كل شيء خاص بالبشرية. اللهم صلي وسلم وبارك على حبيبي رسول الله ﷺ.

● **أما بعد:**

عن أنس -رضي الله عنه- قال: قال رسول الله ﷺ: «**إن الله حيث خلق الداء خلق له الدواء فتداووا**». رواه أحمد.

قال صحابي لرسول الله ﷺ: أرأيت رُقى نسترقيها، ودواء نتداوى به، هل يرد من قدر الله شيئًا؟ فقال رسول الله ﷺ: «**هذا من قدر الله تعالى**». أخرجه ابن ماجه.

عن ابن عباس -رضي الله عنه- قال: قال رسول الله ﷺ: «**إن خير ما تداويتم به اللدود والسعوط والحجامة والمشي، وخير ما اكتحلتم به الأثمد، فإنه يجلو البصر وينبت الشعر**». حسن غريب.

عن جابر بن عبد الله -رضي الله عنه- عن النبي ﷺ أنه قال: «**لكل داءٍ دواء، فإذا أُصيب دواء الداء برأ بإذن الله**».

عن عطاء، عن أبي هريرة -رضي الله عنه- قال: قال رسول الله ﷺ: «**ما أنزل الله من داءٍ إلاَّ له شفاء**».

من حديث أبي مسعود -رضي الله عنه- عن النبي ﷺ: «**أن الله -عز وجل- لم يترك داءٍ إلاَّ أنزل له شفاء، علمه من علمه وجهله من جهله**».

ونفهم من هذا أن التداوي مطلوب وحلال شرعًا، والبحث عن العلاج مطلوب والسعي جاهدين ورائه حلال لكل مريض ليبحث عن علاج يداويه من مرضه.

والأخذ بالأسباب حلال ومهما تعددت الأسباب للتداوي في علاجات مختلفة فهي حلال ما دامت ليست من المحرمات التي حرمها الله -عز وجل- علينا نحن أمة الإسلام.

فلا مانع في أن نتداوى: (بالأعشاب الطبيعية، والفواكه، والخضروات، والعسل، والزيوت النباتية، والحجامة، والعلاج النفسي).

لا مانع في أن نتداوى بأحد هذه العلاجات؛ ولكن لابد علينا أن نلجأ لأصحاب الخبرة والأمانة من الأطباء والمتخصصين في العلاج بالأعشاب وأن نسعى وراء الدواء ولو كان في أبعد مكان عنّا...

إن في زماننا الحالي كَثُرَ القيل والقال، وكثرت الأحاديث بين الناس عن العلاج بالأعشاب وكيفية التداوي بها، وهل هذه الأعشاب صالحة للإستخدام الأدمي وهل هذه الأعشاب تصلح لأن تكون دواء فعال للمرض وهل تكون هذه الأعشاب تصلح لأن تكون بديلاً للدواء الكميائي والإجابة على كل هذه التساؤلات وغيرها مما يدور من أحاديث مختلفة عن الأعشاب والأخذ بها هي نعم بكل الصدق والصراحة وهي نعم بكل ما دار من تحاليل وتجارب معملية للعلاج العشبي في المعامل الطبية وقد أثبت كفائتها في علاج الأمراض المختلفة وبدون أعراض جانبية بالمقارنة بالعلاج الأخر الكميائي.

نعم للعلاج العشبي.. وهو ما كان يتداوى به القدماء وهو أول ما أقدم عليه الأطباء وقاموا بتحليله وإقامت التجارب عليه في المعامل الطبية القديمة

وهو أول الطريق الذي اتبعه بعد ذلك الأطباء حتى وقتنا هذا حتى عاد وانتشر فيه العلاج بالأعشاب الطبيعية لدرجة أن بعض الدول الغربية الكبرى أنشأت معامل ومراكز للبحوث العلمية القائمة على دراسة الأعشاب الطبيعية ودرجات الإستفادة منها طبيًّا في الوقاية والعلاج بل قامت بعض شركات الأدوية بتغير مسار إنتاجها من الدواء الكيميائي إلى الدواء العشبي بعد أن أثبتت التجارب العلمية نجاح الأعشاب في علاج الأمراض المختلفة بنسبة مائة بالمائة وبدون أعراض جانبية تُذْكَر.

ولنتذكر (أبو قراط) الذي سميا أبو الطب وهذا لقبه إلى وقتنا هذا حتى أن قسم الأطباء بعد تخرجهم من كليات الطب يُسمى قسم أبو قراط.

ولنتذكر الطبيب الرئيس وهذا لقبه وهو العالم الجليل (ابن سينا).

وهناك الكثيرون من العلماء الأجلاء: مثل داود الأنطاكي والرازي والحارث بن كلده وجالينوس كبير الأطباء...

كل هؤلاء وغيرهم هم من أسسوا علوم الطب والصيدلة وبنو صرحًا شامخًا لا يتصدع من المعلومات الغزيرة عن الطب والصيدلة وهذه المعلومات ما نهتدي به في وقتنا هذا وهي النور الذي يضئ لنا معاملنا الطبية في اكتشاف العلاجات العشبية المختلفة لعلاج الأمراض والوقاية منها.

وقد لوحظ في الأونة الأخيرة أن هناك من يحارب الإكتشافات العلمية المتخصصة في الأعشاب الطبية وأن هناك فئة تشكك في العلاج العشبي بدون وجه حق وهو كل ما عليهم رفض العلاج بالأعشاب لا لسبب طبي بل

إكتشف أنه لسبب مادي؛ لأنه ببساطة شديدة عندما يمرض إنسان بنزلة برد مثلاً فيأخذ كوب من مغلي الينسون والزنجبيل معصور عليه ليمون صباحًا ومساءًا فإنه يبرأ بإذن الله -تعالى- فأين تذهب ملايين الأقراص الكيميائية؟

إن من يتابع الأخبار الطبية يجد أن هناك في أمريكا وبريطانيا وإيطاليا والصين وغيرها من الدول الكبرى قد أسسوا مراكز للبحوث خاصة بالأعشاب والخضروات وكيفية إنتاج أدوية منها.

ولننظر إلى ألمانيا وكيف انتشرت فيها صيدليات لصرف علاجات عشبية فقط بناءً على روشتات طبية قادمة من المرضى من مراكز ومستشفيات خاصة للعلاج بالأعشاب، وأيضًا العلاج بالحجامة النبوية التي انتشر العلاج بها في دول الغرب، يحاربونها هنا. فأين نحن من هؤلاء العلماء وهؤلاء الجُهال؟

والنصيحة لله إخواني وأخواتي استمع إلى كل الأحاديث التي تدور حاليًا حول الأعشاب وماهيتها وخصائصها وفوائدها وأضرارها.

استمع إلى كل لسان ينطق بحديث عن الأعشاب، إجمع كل المعلومات التي تسمعها أذنك وتسجلها ذاكرتك، ثم إجلس مع نفسك وتفكر في الأمر؛ ولكن بعدما تبحث عن ماهية الأعشاب جيداً وهذا سهلاً عليك في الكتب القديمة والحديثة للعلماء والأطباء والصيدلية الأجلاء بعد ذلك تستطيع أن تعي ماهية العلاج بالأعشاب وتستطيع أن تُجيب على كل التساؤلات التي تدور حولها. هل نتداوى بالأعشاب أم لا؟

ولا تنسى في المقام الأول، ولا تُنكر على نفسك نعمة الله -عز وجل- عليك وهديه ورسالته السماوية على أشرف الخلق أجمعين والقائد الأمين والمعلم المخلص الصريح سيدنا محمد ﷺ حبيبي ومعلمي وقائدي.

ولتقرأ جيداً في كتاب «**الطب النبوي**» ولتبحث في سيرة سيدنا محمد ﷺ وتعاليمه الطبية.

* * *

فصل

في الوقاية خير من العلاج

* **عزيزي القارئ...**

إن الوقاية خير من العلاج، وهذا صحيح وثبت أن هناك بعض الأشخاص ممكن أن يتعدوا السبعين من العمر وما يزالون يتمتعون بصحة جيدة، بالمقارنة بين من في الأربعين من العمر.

عندما بحثنا في ذلك ولا تنسى أن مرجع كل شيء منه الله -عز وجل- على عباده فهو القادر على كل شيء يهب لمن يشاء وعندما نجتهد في أمور الدنيا ونحاول البحث في حقائق الأشياء وخاصة بالنسبة لموضوع [الوقاية].

نجد أنه عندما يحافظ الإنسان على تنظيم أوقاته بالنسبة للمطعم، والنوم، والعمل، والإكثار من تناول الماكولات الغنية بالفيتامينات والأملاح المعدنية التي تفيد الجسم بكل أجهزته..

نجد أن هذا الإنسان بكامل قواه الصحية حتى إن تعدى السبعين من عمره، ورأينا أن نمدكم ببعض المعلومات الهامة في التغذية الصحيحة وأنوع الخضروات والأعشاب التي تفيد الإنسان وتقيه من الأمراض جميعًا بإذن الله -تعالى-

*** وتمعن عزيزي القارئ فيما يلي :-**

الغذاء :-

هو الطاقة اللازمة التي تدخل إلى جسم الإنسان فتمنحه العناصر اللازمة لبناء خلاياه وتقوية عضلاته وتحسين وظائف أجهزته وإعطائه الطاقة والحيوية اللازمة للحياة.

والغذاء بعد دخوله جسم الإنسان عن طريق الفم يستقر في المعدة، وهي جزء كبير من أجزاء الجهاز الهضمي.

هذا الجهاز الذي خلقه الله -سبحانه وتعالى- داخل جسم الإنسان كي يعمل على إستقبال الطعام ثم تحويله إلى مكوناته الأولية وإمتصاص العناصر النافعة للجسم عامة، وطرد المخلفات الزائدة عن حاجة جسم الإنسان.

الجهاز الهضمي نعمة من نعم الله -سبحانه وتعالى- على الإنسان فلابد من المحافظة عليه.

قال الله تعالى: بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿**وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ**﴾ [**الأعراف: ٣١**]. صدق الله العظيم.

وقال رسول الله ﷺ: «**إن أصل كل مرض عُسر الهضم**».

وقال أيضًا رسول الله ﷺ: «**الزاهة أصل كل مرض، والحمية خير علاج**».

وقال أيضًا ﷺ: «**ما ملئ ابن آدم وِعَاءً شراً من بطنه، فإن كان ولابد فاعل فثلث لطعامه وثلث لشرابه وثلث لنفسه**».

والمعدة بيت الداء فإذا إشتكت المعدة إشتكت لها باقي الأجهزة، وهذا الكلام يعني أنه لابد من محافظة الإنسان على أوقات المطعم والنوم، ولا يأكل كل طعام على طعام حتى لا يحدث له التخمة وعُسر الهضم.

ولا يُكْثِر في كميات الطعام ولا يداوم على طعام واحد، فلابد من التنوع.

وانظر عزيزي القارئ إلى هذا الجهاز الرباني الذي يقوم ويعمل بعمل مصانع متعددة والأسس الضخمة ومجهود خارق كي يقوم بتحويل مواد مثل:

الخبز، والبطاطس، والأرز، وغيرها من النشويات إلى جلوكوز وسكريات أحادية.

وأيضًا في نفس الوقت الذي يعمل فيه هذا العمل ويقوم بهذه التحويلات يحول أيضًا مواد مثل:

اللحوم، والأسماك، والبروتينات إلى أحماض أمينية.... فسبحان الله الخالق الوّهاب.

وليس هذا فقط ففي نفس الوقت الذي يحول فيه الجهاز الهضمي المواد النشوية إلى جلوكوز وسكريات والمواد البروتينية إلى أحماض أمينية، يقوم بإستخراج الفيتامينات والمعادن من الغذاء وبنسب معينة من الغذاء ليوزعها بعد ذلك على أجهزة الجسم المختلفة، ويحلل الدهنيات إلى مكوناتها الأصلية من أحماض دهنية. ثم يجمع كل هذه المواد وينقيها ويطرد

الفضلات الزائدة التي لا يحتاجها الجسم، ثم يقوم بتوزيعها على أجهزة الجسم وتوصيلها إلى المكان المحتاج إليها.

فسبحان الله -تعالى- الذي خلق كل هذا.

فليتعظ الإنسان؛ ولينظر إلى خلق الله -تعالى- وليحافظ على نعم الله ويسبحه كثيراً.

والطعام الذي نتناوله يقوم برحلة طويلة جدًّا تبدأ من الفم، وتنتهي بإخراج الفضلات الزائدة من فتحة الشرج، وهذه الرحلة تستغرق عدة ساعات ومساحة لا تقل عن ثمانية أمتار، وتطرأ عليها بعض المتغيرات، فعند سير الطعام في مجراه يحدث بعض العمليات المعقدة من إفرازات هاضمة تصب عن طريق قنوات فرعية، تتصل بأجزاء رئيسية لهذا المجرى بطريقة منسقة ومحسوبة زمنيًّا، فسبحان الخالق الوهاب.

فحافظوا على الجهاز الهضمي فصحته من صحة باقي الجسم ومرضه مرض لجميع أنحاء الجسم...

*** وسنوضح الآن عزيزي القارئ بعض أنواع الخضروات والأعشاب التي تُفيد الجسم.**

*** أولاً: الخضروات:-**

ننصح بعمل طبق يوميًّا ويكون غذاء رئيسي للإنسان ويفضل تناوله صباحًا ويتكون الطبق من: (جرجير، فجل، كرات، خس، طماطم).

(أ) تناول مقدار ٣٠ جرام من عصير البصل مضاف إليه عسل النحل يوم بعد يوم لمدة أسبوعين وتكرر كل ثلاث شهور.

(ب) تناول ثلاث فصوص ثوم يوميًّا في أي وقت بعد تقطيع الفص نصفين ويبتلع بالماء والعسل وينصح بتناوله صباحًا ومثله مساءً لأصحاب الضغط العالي.

(ج) عمل عصير من الجرجير، الفجل، الخس، البصل، الثوم، ويضاف إليهم زيت الزيتون وعسل النحل ويشرب منها الأطفال والكبار صباحًا ومساءً لمدة لا تقل عن أسبوعين وتكرر كل ثلاث شهور.

فهذا العصير به كمية فيتامينات وأملاح معدنية ومضادات حيوية تساعد الإنسان على شفاءه من أمراض متعددة وأهمها السرطان والكبد الوبائي وتنشيط عمل البنكرياس خاصة لمرضى السكر، وبالنسبة للإنسان السليم فهذا العصير يمثل له حاجزًا واقي من نفس الأمراض، ومن أي فيروسات أو ميكروبات تحاول دخول الجسم... ولا ننسى أن الشفاء من عند الله وحده.

*** ثانيًا: الأعشاب الطبيعية :-**

إن الأعشاب الطبيعية المهمة لصحة الإنسان والتي إن أكثر الإنسان من تناولها فلا ضرر منها.

فقد أثبت العلم والتجارب أن تناول الأعشاب لعلاج مرض معين إن لم يأتي بالنتائج المرجوة منه فإنه لا يضر بل ينفع أجهزة أخرى من جسم

الإنسان بفضل الله -تعالى-...

* **ونصف لكم بعض أنواع الأعشاب المهمة تناولها في كل وقت :-**

١- لبان ذكر مضغًا وشرابًا بعد غليه في ماء.

٢- تقمح كفًّا من حبة البركة كل ثلاث أيام.

٣- شراب ٢٠ جرام مطحون حب الرشاد وبعد غليه في ماء مقدار كوب كبير كل أسبوع.

٤- تناول التلبية كل يومين مع عسل النحل.

٥- تناول كوب من مغلي الأترج ٢٠٠ ملي مرتين أسبوعيًّا.

٦- الإكثار من شراب الشبت، الشمر، المر، صبر سقرطي، حلبة، الينسون، التيليو، القرفة، البابونج، ورق الجوافة.

٧- الممارسة على تناول الترمس أكلاً، وشراب مائه المغلي من وقت لأخر.

٨- عمل لبخه من الحناء على الرأس مرة كل شهرين للرجال والنساء ووضعها على القدمين أيضًا، خاصة لأصحاب الأعمال الشاقة.

٩- الزعتر، جوز الطيب، الحبهان، المستكة الحره، ورق اللوري، الزنجبيل، القرفة، كل هذا من أفضل أنوع الأعشاب المضافة إلى المأكولات.

١٠- شراب كوب من الكمون مضاف إليه ٥ جرام سنامكي مرة واحدة أسبوعيًّا مساءًا. يساعد المعدة على الهضم وينشط وظائفها ووظائف الأمعاء

وينقي المعدة والأمعاء من الأخلاط.

١١- شراب كوب من مغلي أوراق الورد البلدي كل ثلاث أيام نافع للجهاز الهضمي بأكمله.

*** ثالثًا: الدهانات الخاصة بالجلد :-**

الدهانات الخاصة بالجلد والمفيدة للجسم كله في جميع الحالات إن شاء الله -تعالى-. دهن الورد، دهن البنفسج، المسك السائل، زيت الزيتون، زيت حبة البركة، زيت الكافور.

*** رابعًا: ممارسة الرياضة :-**

ممارسة الرياضة بإستمرار على الأقل يوم كل أسبوع خاصة رياضة الجري على أن لا تقل عن جري ٢ كيلو ثم ممارسة التمارين السويدي وممارسة تمارين الحديد.

***

فصل

في فوائد الخضروات والفواكه في علاج الأمراض

وأهم المواد الفعالة بهما

المواد الفعالة والفوائد للخضروات

(١) الإسم: الخبيزة.

المواد الفعالة: تحتوي الخبيزة على بعض الأملاح المعدنية الهامة مثل الحديد، الصوديوم، الماغنسيوم.

فوائده :-

تساعد الخبيزة في تنشيط وظائف المعدة والأمعاء وتساعد أيضًا في عملية الهضم كما إنها تزيل الرياح والغازات من المعدة وتعمل كملين جيد ومدر للبول والطمث وتساعد في تسكين الآلام.

(٢) الإسم: عيش الغراب.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على البروتينات والكربوهيدرات ودهون.

فوائده :-

عيش الغراب من أفضل العلاجات الحالية لمرضى السرطان ومضاد للأورام السرطانية في بدايتها كما يساعد كمضاد لتصلب الشرايين ويعمل كخافض لنسبة الكوليسترول في الدم وخافض أيضًا لضغط الدم المرتفع

ومقوي عام للجسم.

(٣) الإسم: البطاطا.

المواد الفعالة: تحتوي على مواد نشوية، ودهنية، وسكريات وأملاح الحديد.

فوائده:-

تساعد في تقوية الجسم عامة، مغذية خاصة الأطفال، وتعمل كعلاج للأنيميا وتساعد في علاج النحافة كما أنها توسع الشعب الهوائية وتعمل أيضًا كمهدئ للسعال والأعصاب.

(٤) الإسم: الخس.

المواد الفعالة: يحتوي على الفيتامينات مثل فيتامين أ، هـ، ب كما يحتوي على بعض الأملاح المعدنية كالحديد، الكالسيوم، الفوسفور.

فوائدة:-

يعمل الخس كمهدئ عصبي ونفسي ويعتبر أفضل علاج لمرضى التوتر النفسي والإكتئاب كما يساعد في إنخفاض نسبة السكر بالدم ويعمل أيضًا كمقوي لجهاز المناعة والأعصاب.

(٥) الإسم: الطماطم.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على بعض الفيتامينات مثل فيتامين أ، ج، د وفيتامين (ب) المركب كما يحتوي على بعض المواد مثل كربوهيدرات،

بروتينات وأيضًا تحتوي على أملاح معدنية كالحديد والكالسيوم.

فوائدة :-

تعمل على منح الجسم الطاقة اللازمة والحيوية لتنشيطه كما أنها منشط لوظائف المعدة والأمعاء والكبد، كما أنها تعمل على تقوية الأعصاب ومضاد لنزلات البرد والأنفلونزا ومطهر معوي واسع المجال.

(٦) الإسم: الباميا.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على بعض المواد مثل البروتينات، ألياف، دهون كما تحتوي على بعض الأملاح المعدنية مثل: الحديد، والكالسيوم، والفوسفور، وتحتوي أيضًا على فيتامينات أ، ج.

فوائده :-

تساعد الباميا في تقوية الجسم عامة وتقوية جهاز المناعة وتساعد في تقوية الجلد والشعر، كما إنها تعمل كمنشط حيوي لوظائف الكلى ومدر للبول، كما إنها تعالج السيلان المنوي والإلتهابات المهبلية.

(٧) الإسم: البسلة.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على بعض الأملاح المعدنية مثل: الحديد، الكالسيوم، الماغنسيوم، كما تحتوي على فيتامين أ، هـ.

فوائده :-

تساعد البسلة في تنشيط وظائف البنكرياس وتساعد على إنخفاض

نسبة السكر في الدم، كما أنها تعمل على توسيع الشعب الهوائية وطارد للبلغم ومهدئ للسعال، كما أنها تساعد أيضًا في إدرار اللبن وتقوي المرضعات وتعمل البسلة على تنشيط وظائف المخ.

(٨) الإسم: البقدونس.

المواد الفعالة: يحتوي على بعض الفيتامينات مثل فيتامين أ، ج كما أنها تحتوي على أملاح معدنية مثل: الماغنسيوم، الكالسيوم، الحديد.

فوائده :-

يساعد في تنشيط الجسم عامة، كما أنها منشط جنسي فعال ويعمل كمضاد للأورام السرطانية ومنشط لوظائف الكلى ومفتت للحصى كما أنها تساعد في إدرار البول والطمث ومنشط للدورة الدموية ويعمل على تقوية عضلة القلب.

(٩) الإسم: فاصوليا.

المواد الفعالة: الفاصوليا بها مواد مضادة للحكة، كما أنها تحتوي على مادة معادلة للسكر في الدم.

فوائده :-

تساعد الفاصوليا على إنخفاض نسبة السكر في الدم وتعمل على تنشيط وظائف الكلى وتفتيت الحصى ويدر البول كما أنها منشط لوظائف البنكرياس وأيضًا تعمل كمضاد للإلتهابات الروماتيزمية وإلتهابات المفاصل

والعمود الفقري، ومقوي عام للجسم وتعمل كمضاد للأنيميا وكعلاج مسمن لمرض النحافة.

(١٠) الإسم: الليمون.

المواد الفعالة: يحتوي على حامض الليمون ويحتوي أيضًا على فيتامين ج.

فوائده:-

يعمل الليمون كمضاد لنزلات البرد وتقوية جهاز المناعة ويعمل على إنخفاض درجة الحرارة العالية بالجسم، كما أنه يساعد في تفتيح الشهية عند شربه قبل الأكل أو أكل الليمون أثناء الأكل ويساعد في عملية الهضم ويعمل على تسكين الألام كالصداع وألام الجسم، ومضاد للسموم.

(١١) الإسم: فول الصويا.

المواد الفعالة: يحتوى على بعض المواد بروتينات وكربوهيدرات، كما أنه يحتوي على فيتامين ب ، هـ، خميرة البولاز.

فوائده:-

يساعد فول الصويا على تقوية عضلة القلب، ويعمل على إزالة خشونة المفاصل ومسكن لألام الروماتيزمية ويستعمل كعلاج لأمراض النحافة كمسمن ويساعد في تقوية العضلات ويزيد من تضخمها بالنسبة للرياضيين.

(١٢) الإسم: الملوخية.

المواد الفعالة: تحتوي على بعض الفيتامينات مثل فيتامين أ، هـ، ج

وفيتامين ب المركب، كما يحتوي على أملاح معدنية كالحديد، الكالسيوم، البوتاسيوم، الصوديوم، النحاس.

فوائده :-

تعمل كمقوي عام للجسم وتزيد من حيوية ونشاط الجسم وتقوي جهاز المناعة كما أنها تعمل كعلاج قوي للأنيميا ولين العظام وتساعد في تنشيط الجهاز العصبي والمركزي كما أنها تعمل كمضاد للأورام السرطانية.

(١٣) الإسم: الخيار.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على أملاح معدنية مثل الحديد، البوتاسيوم وألياف وتحتوي على فيتامين أ، هـ، ب.

فوائده :-

يساعد الخيار في تسكين الألام عامة وينشط عملية الهضم ويأكل كفاتح للشهية، كما إنه يؤخذ كمضاد في أمراض القولون ويدر البول والطمث، أما عمل ماسك الخيار على الجلد يعمل على تنقية الجلد ويكسبه النضارة والحيوية.

(١٤) الإسم: قرع اليقطين (الكوسة).

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على أملاح معدنية مثل الكالسيوم، الماغنسيوم، الحديد، كما تحتوي على بعض الفيتامينات مثل أ، ب المركب وتحتوي على مواد سكرية.

فوائده:-

تساعد الكوسة في تسكين ألام الرأس خاصة الصداع وألام الأُذن كما أنها تعمل كملين ومطهر للمعدة والأمعاء وتساعد في مطاردة الديدان وتعمل كمقوي جنسي ومقوي عام للجسم وجهاز المناعة خاصة كما أنها علاج فعال من الأمراض الجلدية مثل القروح، والحروق، والجروح.

(١٥) الإسم: خرشوف.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على مواد فعالة مضادة للهستامين كما أنها تحتوي على فيتامين أ، هـ، ب وبعض الأملاح المعدنية مثل الحديد، نحاس، كالسيوم، فوسفور، ماغنسيوم.

فوائده:-

يساعد الخرشوف في علاج الإسهال ومخرج للغازات الزائدة في المعدة والأمعاء كما أنه علاج قوي ضد الأنيميا، ومقوي عام للجسم والأعصاب كما أنها تعمل على تنشيط وظائف المعدة والكبد ومدر للغذاء ومذيب الكوليسترول في الدم ويعمل أيضًا كمضاد لتصلب الشرايين.

(١٦) الإسم: الجزر الأحمر.

المواد الفعالة: تحتوي الجذور على مادة الجلوكوسيد وعلى بعض الفيتامينات مثل فيتامين أ، جـ، ب المركب كما أنها تحتوي على بعض الأملاح المعدنية كالحديد والفوسفور.

فوائده :-

يعمل كمطهر معوي واسع المجال ومضاد للإسهال كما إنه يساعد في قتل الديدان من المعدة ومضاد لنزلات البرد ويعمل كمهدئ للصداع والسعال ويساعد في إنخفاض في نسبة السكر في الدم ومقوي للجسم ويؤكل كعلاج للأنيميا ومقوي جنسي فعال.

(١٧) الإسم: الجزر الأصفر.

المواد الفعالة: يحتوي على بعض الفيتامينات مثل فيتامين أ، هـ، ب المركب، ج .

فوائده :-

يستخدم كمقوي عام للجسم ويحد من البصر ويعالج أمراض العيون كما أنه يعمل كمقوي للأعصاب والجلد والشعر ويساعد في تنشيط وظائف المعدة في عملية الهضم وفاتح للشهية كما أنه يستخدم كمضاد لنزلات البرد والأنفلونزا ويسكن ألام الصداع والمفاصل.

(١٨) الإسم: الجرجير.

المواد الفعالة: يحتوي على فيتامينات ج، أ، هـ كما أنه يحتوي على بعض الأملاح المعدنية مثل الحديد، الكبريت، اليود، الكالسيوم.

فوائده :-

يساعد الجرجير على إنبات الشعر بإستخدامه كزيت ويقوي بصيلات

الشعر كما أنه مقوي للجلد ويساعد في تسكين الألام الروماتيزمية والمفاصل ويستخدم كمضاد لنزلات البرد والأنفلونزا ومهدئ للسعال وطارد للبلغم ويستخدم أيضًا كمنشط جنسي فعال.

(١٩) الإسم: الكرنب.

المواد الفعالة: يحتوي على سكريات وبعض الأملاح المعدنية مثل الصوديوم، البوتاسيوم، الماغنسيوم، الكبريت، الفوسفور، الحديد، كما يحتوي على فيتامينات ج، ب.

فوائده:-

منشط للدورة الدموية ومقوي لعضلة القلب كما أنه يساعد على تنشيط الجهاز العصبي وتقوية جهاز المناعة ويعمل على تقوية وظائف المعدة والكبد ويستخدم كمضاد للإلتهابات المفاصل والغضاريف ويساعد في تسكين ألام الروماتيزم والنقرس وعلاج فعال للأمراض الجلدية من جروح وقروح وبثور مزمنة، خافض لنسبة السكر في الدم.

(٢٠) الإسم: اللفت.

المواد الفعالة: يحتوي على مادة السركنين المقوية للقلب وتحتوي على فيتامينات أو على بعض الأملاح المعدنية مثل الكالسيوم، الفوسفور، الماغنسيوم، البوتاسيوم، الصوديوم.

فوائده:-

يساعد اللفت في تقوية عضلة القلب وتنشيط وظائف المعدة وأكله

يساعد في تفتيح الشهية كما أنه يساعد في عملية الهضم ومذيب للدهون ويعمل على تنشيط وظائف الكلى ومفتت للحصى ومدر للبول ويستخدم كمقوي عام للجسم خاصة الأعصاب، الحالة الجنسية.

(٢١) الإسم: الفلفل.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على قلويد وحامض الأسكوربيك ومادة الكابسيسين.

فوائده:-

يستخدم كمضاد لألام الروماتيزم وإلتهابات المفاصل والعمود الفقري (الغضروف) وعرق النسا ويساعد في تطهير المعدة والأمعاء من الميكروبات والجراثيم.

(٢٢) الإسم: قلقاس.

المواد الفعالة: يحتوي على مواد سكرية وعلى أملاح معدنية مثل كالسيوم، فوسفور، حديد، بروتينات.

فوائده:-

يساعد القلقاس كمسمن وعلاج لحالات النحافة ويساعد في تنشيط الجهاز الهضمي ويستخدم كعلاج للأنيميا ويعمل على تقوية الجسم عامة ومقوي جنسي فعال.

(٢٣) الإسم: بنجر.

المواد الفعالة: يحتوي النبات على مواد سكرية وبعض الأملاح المعدنية

مثل الكالسيوم، الفوسفور، الحديد، المنجنيز كما أنه يحتوي على فيتامينات أ، ب، ج.

فوائده:-

يساعد البنجر في علاج الأنيميا وهو علاج قوي وفعال ويستخدم كمضاد للنزيف كما أنه يساعد في تطهير المسالك البولية ومدر للبول ويعمل على تنشيط وظائف الكلى ومقوي عام للجسم.

(٢٤) الإسم: قرنبيط.

المواد الفعالة: تحتوي الأزهار على فتامينات أ، ج، ب، ك كما تحتوي على بعض الأملاح المعدنية مثل الحديد، الماغنسيوم، الكالسيوم.

فوائده:-

مقوي لوظائف المعدة والكبد ويستخدم كعلاج فعال في حالات فقر الدم (الأنيميا) ويعمل على تقوية الجسم عامة ومنشط جنسي ويساعد في علاج حالات النحافة (مسمن) ومهدئ نفسي لأصحاب القلق والتوتر النفسي.

(٢٥) الإسم: الفجل.

المواد الفعالة: تحتوي الجذور على دهون وبروتينات وعلى بعض الأملاح المعدنية مثل الكالسيوم، الحديد، ألياف، وعلى فيتامين أ، هـ، ج.

فوائده:-

منشط لوظائف الكلى ويفتت الحصى ويدر البول، ينشط وظائف المعدة

والأمعاء، يساعد في عملية الهضم وملين قوي، يقوي بصيلات الشعر ويحدد خلايا الجلد، خافض لنسبة الكوليسترول في الدم ومضاد لتصلب الشرايين، وخافض لضغط الدم المرتفع، مقوي عام للجسم ومقوي جنسي ويزيد من السائل المنوي وينشط البويضات.

(٢٦) الإسم: قصب السكر.

المواد الفعالة: يحتوي على نسبة عالية من السكريات ويحتوي على فيتامين ب المركب.

فوائده:-

يستخدم كعلاج فعال لاحتباس البول ويعمل على تنشيط الكلى ويدر البول ويفتت الحصى ويساعد في تقوية الرئة والشعب الهوائية ويعمل على تقوية الجسم عامة ولجميع أجهزته.

(٢٧) الإسم: الباذنجان.

المواد الفعالة: تحتوي على أملاح معدنية مثل الحديد، الفوسفور، الصوديوم، البوتاسيوم، النحاس، فيتامين ب المركب أ، هـ.

فوائده:-

مطهر معوي ومضاد لأمراض الجهاز التنفسي العلوي وتعمل كمضاد لنزلات البرد والسعال وخافض للحرارة ويساعد في إزالة إلتهابات اللوزتين وينشط الجسم ويعطيه الطاقة والنشاط ويحسن عمل الخلايا، ويعمل كعلاج فعال ضد الحروق والجروح.

(٢٨) الإسم: البطاطس.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على بروتينات ونشويات ودهون وبعض الأملاح المعدنية مثل الكالسيوم، الصوديوم، الحديد، الفوسفور، فيتامين ب المركب، ج، ك.

فوائده:-

مقوي عام للجسم، مقوي لجهاز المناعة، تعالج قرحة المعدة والأمعاء وتعمل على تنشيط وظائفهما وتساعد في عملية الهضم وتعمل على تفتيح الشهية وعلاج فعال لمرضى النحافة فإنها تزيد الوزن للكبار والأطفال، تعالج الأنيميا وتساعد في تقوية العظام وخاصة الهشاشة.

(٢٩) الإسم: السبانخ.

المواد الفعالة: تحتوي الأوراق على بعض المواد بروتينات، نشويات ودهون كما تحتوي على بعض الأملاح المعدنية كالحديد، اليود، الفوسفور، الكالسيوم، فيتامين ج، ك، أ.

فوائده:-

تستخدم السبانخ كأفضل علاج للأنيميا الحادة وتساعد في تنشيط وظائف البنكرياس لذلك تعمل على خفض نسبة السكر المرتفع في الدم كما أنها تفيد الجسم وجميع أجهزته ومفيدة للأطفال في تكوين العظام وأيضاً مفيدة للحوامل وتعتبر السبانخ ملين طبيعي ومنشط للأعصاب وتزيد القدرة الجنسية.

(٣.) الإسم: الفول.

المواد الفعالة: تحتوي الحبوب على بروتينات ومواد دهنية ونشوية كما أنه يحتوي على بعض الأملاح المعدنية كالحديد، والكالسيوم ويحتوي أيضًا على فيتامين ب المركب، ج، أ.

فوائده:-

يعتبر الفول مقوي عام للجسم ولجميع أجهزته ويعمل على تنشيط وظائف الكلى ويدر البول ويساعد في تسكين الألام مثل ألام المغص المعوي والكلوى كما أنه مضاد للأنيميا ومقوي للعظام وللأعصاب ويزيد من حيوية ونشاط الجسم.



المواد الفعالة والفوائد للفواكه

(١) الإسم: الموز.

المواد الفعالة: يحتوي على سكريات، بروتينات، ويحتوي على أملاح معدنية مثل: الحديد، الماغنسيوم، الصوديوم، فيتامين أ، ب المركب، ج.

فوائده:-

يساعد الموز على تنشيط وظائف المعدة والكبد والأمعاء كما أنه يساعد على عملية الهضم وفاتح للشهية كما أنه مقوي للأعصاب ولعضلة القلب وخافض لضغط الدم المرتفع وأيضًا علاج للأنيميا كما أنه يعمل على تقوية الجسم عامة وخاصة لدى الأطفال.

(٢) الإسم: التين الشوكي.

المواد الفعالة: يحتوي على سكريات وحامض الأسكوربيكك ويحتوي أيضًا على دهون وأملاح الكالسيوم ويحتوي على بعض الفيتامينات مثل فيتامين أ، ج.

فوائده:-

يساعد التين الشوكي على توسيع الشعب الهوائية كما أنه يساعد على إزابة البلغم ومهدئ للسعال كما أنه يساعد على تنقية الصوت ومطهر للأمراض الفم والحنجرة ويعمل على تغذية الجسم وجميع أجهزته.

(٣) الإسم: مانجو.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على سكريات وكربوهيدرات وبروتينات وتحتوي أيضًا على بعض الفيتامينات مثل فيتامين ب المركب أ، ج.

فوائده:-

تساعد المانجو على حدية البصرة وتعمل كعلاج قوي لإلتهابات العيون وتساعد أيضًا على تعطية الجسم الطاقة اللازمة والنشاط والحيوية كما أنها مفيدة لجميع أجهزة الجسم وتعمل كمطهر معوي واسع المجال وتساعد على مطاردة الديدان كما تعمل كملين للمعدة ومدر للبول.

(٤) الإسم: التوت.

المواد الفعالة: يحتوي على أملاح معدنية مثل الحديد، الكالسيوم، فيتامين ب المركب.

فوائده:-

يساعد التوت على تقوية الأعصاب كما أنه منشط قوي في العملية الجنسية ويعمل على تسكين الألام مثل ألام الصداع، وإلتهابات اللثة وألام الأسنان كما أنه موسع جيد للشعب الهوائية ومهدئ للسعال الجاف.

(٥) الإسم: الفراولة.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على بعض الفيتامينات مثل ب المركب، ج كما تحتوي أيضًا على بعض الأملاح المعدنية مثل الكالسيوم، البوتاسيوم، الصوديوم، الحديد.

فوائده :-

تساعد الفراولة كعلاج قوي للأنيميا وتعمل على إدرار البول كما أنها مفيدة في تنشيط وظائف المعدة وتساعد في عملية الهضم، كما أنها فاتحة للشهية كما أنها تساعد في تسكين الآلام مثل آلام الجسم عامة وآلام البواسير، وعرق النسا، ومهدئ عصبي ونفسي وتساعد أيضًا في إنخفاض ضغط الدم المرتفع.

(٦) الإسم: عباد الشمس.

المواد الفعالة: يحتوي عباد الشمس على بروتينات، سكريات، نشويات ويحتوي أيضًا على فيتامين أ، هـ كما أنه يحتوي على بعض الأملاح المعدنية مثل الكالسيوم، البوتاسيوم، الفوسفات.

فوائده :-

يساعد عباد الشمس في إنخفاض نسبة السكر في الدم ومقوي عام للجسم ومضاد للأكسدة كما أنه يساعد على تقوية الجلد والشعر ويعمل على تقوية المعدة والكبد ومنشط عام للأعصاب ويعمل على تسكين الآلام عامة وخافض لنسبة الكوليسترول في الدم.

(٧) الإسم: المشمش.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على بعض الفيتامينات مثل فيتامين أ، ج، ويحتوي أيضًا على بعض الأملاح المعدنية مثل الفوسفور، الماغنسيوم، الحديد، الكالسيوم.

فوائده:-

يساعد على تنشيط الجسم عامة وخاصة المخ ويعمل على تقوية الذاكرة ومقوي جيد لجهاز المناعة في الجسم كما أنه يعالج الأنيميا بدرجة فعالة ويعمل على تنشيط وظائف المعدة والكبد ويساعد في عملية الهضم.

(٨) الإسم: البرقوق.

المواد الفعالة: يحتوي الثمار على بعض الفيتامينات مثل فيتامين أ، هـ، ب وتحتوي أيضًا على بعض الأملاح المعدنية مثل الفوسفور، والصوديوم، كربوهيدرات.

فوائده:-

يساعد البرقوق في تنشيط وظائف المعدة والكبد كما أنه يساعد في عملية الهضم ويعمل كملين طبيعي فعال كما أنه ينشط وظائف الكلى ويفتت الحصاوى ويعمل على إدرار البول كما أنه يساعد في معالجة إلتهابات المسالك البولية.

(٩) الإسم: البلح.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على سكريات، بروتينات، ألياف ودهون وهرمونات، كما يحتوي على بعض الفيتامينات مثل فيتامين أ، ب المركب وأيضًا يحتوي على بعض الأملاح المعدنية مثل البوتاسيوم، الكالسيوم، الصوديوم، الحديد، المنجنيز، الفوسفور، الكبريت.

فوائده :-

البلح هو غذاء عالي القيمة الغذائية لكل شعوب الأرض فيساعد على تقوية جميع أجهزة الجسم عامة ويعطي النشاط والحيوية للجسم والعقل كما أنه نافع لأصحاب البنية الضعيفة، ونافع أيضًا للحوامل والمرضعات لإدرار اللبن ويعمل كمهدئ نفسي وعصبي لمرضى القلق والاكتئاب ويعالج إلتهابات البواسير وفوائده عظيمة لجميع أجهزة الجسم .

(١٠) الإسم: البطيخ.

المواد الفعالة: يحتوي الثمار على بعض الأملاح المعدنية مثل البوتاسيوم، الماغنسيوم، السيلينيوم، المنجنيز، وسكريات .

فوائده :-

يعمل البطيخ كمطهر معوي قوي وخافض للحرارة كما أنه يسكن الألام ويساعد في توسيع الشعب الهوائية ومذيب للبلغم لإدرار البول وفاتح للشهية ويساعد في عملية الهضم للطعام ومضاد للقئ ومضاد أيضًا لألام القولون .

(١١) الإسم: الرمان.

المواد الفعالة: يحتوي على بعض الفيتامينات مثل فيتامين أ، ج، ب المركب .

فوائده :-

يساعد الرمان في تسكين الألام للجسم وباسط للعضلات ويعمل

كمهدئ للحالة النفسية كما أنه يساعد في علاج بعض الأمراض الجلدية المزمنة مثل الجروح، القروح، علاج البواسير.

(١٢) الإسم: البرتقال.

المواد الفعالة: يحتوي على فيتامين ج وبعض الأملاح المعدنية مثل الكالسيوم والفوسفور.

فوائده:-

يعمل البرتقال كمضاد لنزلات البرد ومهدئ للسعال وطارد للبلغم ويعمل على إنخفاض درجة الحرارة العالية في الجسم كما أنه يعمل كمضاد لحساسية الجيوب الأنفية ومنشط لوظائف المعدة، فاتح للشهية إذا أكل قبل الطعام كما أنه يساعد في تسكين ألام الجسم ومهدئ للحالة العصبية والنفسية.

(١٣) الإسم: جوز الهند.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على بروتينات، ألياف، كربوهيدرات كما يحتوي على بعض الأملاح المعدنية مثل الحديد والكالسيوم.

فوائده:-

مقوي عام للجسم ومقوي أيضاً لجهاز المناعة وباسط للعضلات، كما أنه يساعد في تسكين بعض الألام الروماتيزمية وألام العمود الفقري ويساعد في مطاردة الديدان ويسكن ألام البواسير ويساعد في تنشيط وظائف المعدة والكبد كما أنه يعمل في معالجة التبول اللإرادي وسلس البول ويؤخذ جوز

الهند كعلاج فعال لمرضى فقر الدم الذين يعانون من الأنيميا، وأيضًا كمقوي للجلد والشعر يستخدم كزيت.

(١٤) الإسم: الشمام.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على بروتينات، نشويات، مواد دهنية، ألياف ويحتوي على بعض الفيتامينات مثل فيتامين أ، ج، ب المركب.

فوائده:-

يساعد الشمام في تنشيط وظائف المعدة ويساعد في عملية الهضم وفاتح للشهية، مضاد للقيء ويعمل كعلاج فعال لمرضى الاستسقاء ويساعد في تليين الطبيعة وإدرار البول.

(١٥) الإسم: التين.

المواد الفعالة: تحتوي الجذور على مادة الجلوكسيد ويحتوي أيضًا على بعض الفيتامينات مثل فيتامين أ، ج، ب المركب كما يحتوي على بعض الأملاح المعدنية مثل الحديد والفوسفور.

فوائده:-

يعمل التين كمطهر معوي واسع المجال كما أنه يعمل كمضاد للإسهال وأيضًا كمضاد لنزلات البرد كما أنه يساعد في مطاردة الديدان ويعمل كمهدئ للسعال والصداع كما أنه خافض لنسبة السكر في الدم ومقوي للجسم ويعالج الأنيميا ويعمل أيضًا كمقوي جنسي فعال.

(١٦) الإسم: باباظ.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على بعض الأملاح المعدنية مثل الكالسيوم، الماغنسيوم، الحديد ويحتوي أيضًا على بروتينات وكربوهيدرات.

فوائده:-

يساعد الباباظ على تنشيط وظائف المعدة كما أن الباباظ يساعد في عملية الهضم ويعمل على تفتيح الشهية كما أن الباباظ يساعد على خفض نسبة السكر في الدم ويساعد في مطاردة الديدان وأيضًا مطاردة دودة البلهارسيا.

(١٧) الإسم: أناناس.

المواد الفعالة: يحتوي ثمار الأناناس على إنزيم البروميلين الذي يعمل على هضم البروتين في المعدة وإنزيم البروميلين من أهم العناصر التي تحتويها ثمار الأناناس.

فوائده:-

يساعد في تنشيط وظائف المعدة وتعمل على سرعة الهضم كما أنه فاتح للشهية إذا أكل قبل الأكل كما أنه يعمل كمضاد للقيء خاصة للحوامل ويساعد في تغذية الجسم عامة.

(١٨) الإسم: جوافه.

المواد الفعالة: تحتوي ثمارها على بعض الفيتامينات مثل فيتامين أ، ج

كما أنه يحتوي على السكريات وتحتوي الثمار أيضًا على بعض الأملاح المعدنية مثل الحديد، الماغنسيوم، الصوديوم، الكالسيوم.

فوائده:-

تساعد الجوافة في تقوية الجسم عامة وتقوية جهاز المناعة كما أنها تعمل كمضاد لنزلات البرد والأنفلونزا وأيضًا مفيدة لمرضى السكر كما أن أكل ثمارها أو شرب الماء المغلي من أوراقها يساعد في توسيع الشعب الهوائية وطارد للبلغم، ومهدئ للسعال كما أنها تساعد في تقوية العظام والأسنان وتعالج هشاشة العظام.

(١٩) الإسم: كمثرى:

المواد الفعالة: تحتوي على بعض الأملاح المعدنية مثل الكالسيوم، الحديد، الماغنسيوم، الفوسفور، وتحتوي أيضًا على فيتامينات أ، ب المركب وعلى سكريات أيضًا.

فوائده:-

تساعد في خفض ضغط الدم المرتفع وتعمل على توسيع الشرايين كما أنها تساعد على تنشيط الجسم عامة ولجميع أجهزته وأيضًا مقوي لعضلة القلب.

(٢٠) الإسم: التفاح.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على فيتامين أ، ج، ب المركب كما أنها تحتوي على بعض الأملاح المعدنية مثل الكالسيوم، الحديد، البوتاسيوم،

الصوديوم، ويحتوي أيضًا على سكريات وبروتينات ودهون وإنزيمات هاضمة.

فوائده:-

يعمل كمنشط عام للجسم كما يساعد في علاج أمراض الصرع والقلق والاكتئاب وأيضًا أمراض العيون ويحد من البصر ويساعد في تنشيط وظائف المعدة والأمعاء كما أنه قاتل للديدان المعوية ويعمل على تنشيط وظائف الكبد ويدر الصفراء كما أنه يعالج الأنيميا ولين العظام ويفيد الحوامل والمرضعات، ويعمل كمضاد لنزلات البرد والصداع ومقوي للأطفال.

(٢١) الإسم: العنب.

المواد الفعالة: تحتوي الثمار على سكريات وبعض الفيتامينات مثل فيتامين ج، ب المركب كما يحتوي أيضًا على بعض الأملاح المعدنية كالحديد والكالسيوم والفوسفور.

فوائده:-

يساعد العنب في تنشيط وظائف المعدة والأمعاء والكبد كما أنه يساعد في عملية الهضم، يعمل على تفتيح الشهية ويعالج الأنيميا كما أنه موسع جيد للشرايين وخافض لضغط الدم المرتفع ويعمل كملين للطبيعة وطارد للغازات والرياح ويساعد في تقوية الأعصاب وتنشيط المخ والذاكرة.

❋ ❋ ❋

فصل

في فوائد عسل النحل

بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ ﴿٦٨﴾ ثُمَّ كُلِي مِن كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِن بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِّلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [النحل: ٦٨، ٦٩]. صدق الله العظيم.

أمر الله -عز وجل- النحل أن تتخذ من الجبال والشجر بيوتًا لها وتأكل من كل الثمرات التي خلقها الله -عز وجل- لكي يخرج الله من بطون النحل شرابًا، هذا العسل مختلف الألوان وهذا بحسب النباتات التي يتغذى عليها النحل، ثم جعل الله من العسل شفاءً من كل داء.

** **عزيزي القارئ:**

العسل بكل ألوانه ودرجاته وصفاته، هو عسل نحل طبيعي عليك به مهما دنا سعره أو علا؛ ولكن إحذر من يغش ويضيف السكر والماء ومواد أخرى له لزياده كميته، فكل ما يخرج من بطون النحل في أي مكان في الكون ما هو إلا دواء من كل داء، وقال سيدنا محمد ﷺ: «**عليكم بالشفائين، القرآن والعسل**». وكان ﷺ يشربه بالماء على الريق.

* **مكونات العسل:**

يحتوي العسل على حوالي ٧٠٪ سكر، وعند احتراقه في جسم الإنسان ينتج عن الجرام الواحد حوالي ٣٠ سعرًا يعمل على زيادة القدرة والطاقة والنشاط، يحتوي على أملاح معدنية تعادل في نسبتها كما في مصل دم الإنسان تقريبًا مثل الصوديوم، البوتاسيوم، اليود، الماغنسيوم، الكبريت، الفوسفور، الحديد، الكالسيوم، الكلور ويحتوي على فيتامينات (ب١، ب٢، ب٣، ب٦) وعلى فيتامين (ج ك د أ) ويحتوي على إنزيمات مثل اللانولاز، إدياستاز، الأنفرتاز).

* **عسل النحل دواء:**

يعمل على تنشيط وظائف المعدة ويساعد على الهضم وعلاج لقرحة المعدة، وتمثيله الغذائي يتجه للكبد مباشرة ويعمل على تنشيط وظائف الكبد، وهو علاج أساسي لمرضى الكبد الوبائي وتأخذ فترة العلاج ثلاث شهور ينشط عمل الأمعاء ويعمل كملين طبيعي لها ومطهر معوي وعلاج للكساح وهشاشة ولين العظام.

وكذلك علاج لمرضى الربو وحساسية الصدر والسعال ونزلات البرد، مقوي للجهاز العصبي المركزي ولجهاز المناعة، منشط عام للذاكرة، ومنشط للدورة الدموية المخية والطرفية، علاج أساسي للجروح، للحروق، قرح الفراش، التسلخات عند الأطفال.

* **الجرعة:**

إضافة ٣٠ جرام عسل على ٢٠٠ ملي ماء (كوب) مع التقليب الجيد على الريق.

– شراب ٢٠ جرام عسل قبل الإفطار والعشاء يوميًّا.

– عمل دهان منه على الصدر إلى الصباح لمرضى حساسية الصدر، وكدهان أربع مرات على أماكن التسلخات أو الحروق، الجروح والقرح المزمنة.

– دهان على الوجه مع التدليك يوم بعد يوم لنضارة البشرة.

– إستخدامه مع بعض الأعشاب والنباتات الطبيعية لكثير من الأمراض وسيأتي ذكرها إن شاء الله –عز وجل.

❃ ❃ ❃

فصل

في فوائد حبة البركة

قال رسول الله ﷺ: «**عليكم بهذه الحبة السوداء، فإن فيها شفاء من كل داء إلا السام**». (السام: أي الموت).

عن أنس ابن مالك -رضي الله عنه- أن النبي ﷺ: «كان إذا اشتكى تقمح كفًّا من شونيز ويشرب عليه ماء أو عسل». (تقمح: أي سف).

والمغرضون بأحاديث رسول الله ﷺ كثيرون والذين لهم مصالح غير التداوي الصحيح أكثر فعملوا على أن يبعدونا عن العلاج الأمثل للمرضى لعلاج المرض حتى الشفاء بإذن الله -تعالى-.

وحبه البركة لها عدة أسماء حسب كل بلد منها: (الحبة السوداء، الكمون الأسود، الشونيز).

وهي أسماء لنبات واحد لا إختلاف عليه وهو الموجودة لدى العطارين في كل زمان ومكان، وهي التي وضعها لنا رسول الله ﷺ لنتداوى بها فلندع كلام المغرضين جانبًا ونأخذ بكلام أفضل الخلق الذي قال الله -عز وجل-: ﴿**وَمَا يَنطِقُ عَنِ الْهَوَىٰ (٣) إِنْ هُوَ إِلَّا وَحْيٌ يُوحَىٰ (٤) عَلَّمَهُ شَدِيدُ الْقُوَىٰ**﴾ [**النجم: ٣، ٥**]، ونأخذ بما أتاحه ووهبنا الله إياه من نعم نتداوى ونطلب من الله -عز وجل- الشفاء، وحبة البركة علاج لكل الأمراض بإذن الله -تعالى- كما أوصانا بها الحبيب رسول الله ﷺ.

ومن الأمراض التي جرب فيها العلاج بالحبة السوداء وأتت بنتائج مذهلة أذهلت العالم أجمع، جعلت من كتاب: «**الطب النبوي**» للإمام ابن قيم الجوزية الذي يتحدث فيه عن وصفات الحبيب ﷺ ووصاياه للمرضى وكيفية العلاج، مرجع هام في كل دائرة بحث طبي في العالم أجمع.

* **ومن هذه الموصفات**:-

(١) تقمح كفًّا من الشوينز مقدار ملعقة كبيرة يوميًّا على الريق وقبل النوم مع الماء أو العسل يعمل على علاج أمراض عُسر الهضم وألام القولون وينشط وظائف الكبد ويدر الصفراء.

(٢) يعالج إلتهابات المعدة وفُم المريء -والعلاج ٣٠ يوم متصلة.

(٣) الدهان بزيت حبة البركة مع التدليك ثلاث مرات يوميًّا يعمل على إزالة الألام الروماتيزمية والعمود الفقري (الغضروف). وباسط للعضلات مع تقمح كفًّا يوميًّا لمدة شهر.

(٤) دهان زيت حبة البركة بعد غسل أماكن الإصابة بالبرص أو الصدفية بالخل لمدة شهرين مع تقمح ثلاث مرات يوميًّا يعمل على علاج الأمراض الجلدية هذه.

(٥) عمل نقط للأنف من زيت البركة يزيل إلتهاب الجيوب الأنفية والزكام المزمن صباحًا ومساءاً لمدة أسبوعين بمعدل ثلاث نقط في كل فتحة أنف.

(٦) مغلي حبوب البركة وعمل مضمضة منها يعالج إلتهابات الفم

والأسنان واللسان ويسكن الألم وغرغرة لإلتهابات الحلق.

(٧) شراب ملعقة من زيت حبة البركة كبيرة مضافة إلى عسل النحل صباحًا ومساءاً علاج فعال للسعال وطارد للبلغم.

(٨) ملعقة صغيرة من زيت حبة البركة مع ملعقة كبيرة عسل النحل ثلاث مرات يوميًّا مع دهان بزيت الحبة السوداء على منطقة الصدر صباحًا ومساءاً علاج للربو وحساسية الصدر لمدة ٤٠ يومًا.

(٩) تقمح كفًّا من حبة البركة كل ٨ ساعات مع شراب زيت الزيتون وماء الشعير يفتت الحصى بالكلى والمحالب ويعالج إلتهابات الكلى المزمنة والصديد ويدر البول والطمث.

(١٠) تقمح كفًّا صباحًا لمدة أسبوعين لمن يعاني الإجهاد والإرهاق البدني والذهني فإنها تساعد على تنشيط الدورة الدموية المخية وتنشيط الجهاز العصبي المركزي وتعطي الجسم الطاقة اللازمة له.

(١١) تقمح كفًّا من حبة البركة مع لبان الذكر - يساعد على التركيز للذهن ويعالج مرض النسيان خاصة في سن الكهولة.

(١٢) إضافة حبة البركة إلى الزبادي أو العسل، مفيد للأطفال في مرحلة النمو.

(١٣) المداولة على تقمح كفًّا من حبة البركة صباحًا ومساءاً إلى أن يشاء الله بالشفاء يعالج مرضى السكر بالدم وينشط عمل البنكرياس.

(١٤) كذلك تقمح كفًّا من حبة البركة صباحًا ومساءًا مع عمل دهان من زيتها على منطقة البطن خاصة فوق الكبد يعالج مرض إلتهاب الكبدي الحاد بإذن الله –تعالى– مع الاستمرار في تعاطي العلاج إلى أن يأذن الله –سبحانه وتعالى– بالشفاء دون إنقطاع.

* * *

فصل

في فوائد التلبينة

عن عائشة -رضي الله عنها- قالت: سمعت رسول الله ﷺ يقول: «**التلبينة مجمة لفؤاد المريض تذهب ببعض الحزن**». صحيح البخاري.

وعن عائشة -رضي الله عنها- قالت: كان رسول الله ﷺ إذا أخذ أهله الوعك أمر بالحساء فصنع، ثم أمرهم فحسوا منه وكان يقول: «**إنه ليرتق فؤاد الحزين، ويسروا عن فؤاد السقيم، كما تسروا إحداكن الوسخ بالماء عن وجهها**». صحيح البخاري.

* **التلبينة**: مجمة أي: مريحة لفؤاد المريض أي لقلب المريض ويسروا عن فؤاد السقيم أي تذهب الحزن والهم عن القلب الحزين وتسروا إحداكن الوسخ إن تنتزع الأوساخ عن الشيء وتنظفه.

* **التلبينة**: هي دقيق الشعير بعد طحنه ﷺ لها فؤائد عظيمة: أهمها كما علمنا سيد الخلق، أنها مفرحة للقلب ومقوي للأعصاب، منشط للجهاز الهضمي والكلوي والعصبي والنفسي، جهاز المناعة ومكمل غذائي عظيم الشأن ولك أن تتمعن في خلق الله لما في التلبينة من عناصر لا غنى عنها لجسم الإنسان ولكامل صحته.

* **تتكون التلبينة من:-**

(١) فيتامين ب: المركب من (ب١، ب٢، ب٦، ب١٢)الذي يدخل على عملية التمثيل الغذائي ويكون مصدر الطاقة للجسم، ويساعد على الهضم ويقوي الجسم والأعصاب وتكوين العناصر الأساسية لتقوية الجسم مثل الدهون، البروتينات، الهرمونات، كرات الدم البيضاء والحمراء.

(٢) فيتامين هـ: الذي يعمل على تنشيط الخلايا العصبية وزيادة كرات الدم الحمراء في الدم وينشط الدورة الدموية.

(٣) فيتامين (أ): ينشط جهاز المناعة ويقوي الجسم ويحميه من أخطار الأورام السرطانية.

(٤) البوتاسيوم: يعمل على إتزان الماء بالجسم يدر البول والماء الزائد بالجسم، يحافظ على درجة الحموضة والقلوية بالجسم.

(٥) الماغنسيوم: مع إتزان درجته في الجسم تتحسن الحالة المزاجية ويقوي الجسم عامة، لما من دوره في تكوين البروتينات التي يحتاجها جسم الإنسان، كما يدخل في عمل الغدة الكظرية والدرقية وينشط وظائف الجهاز الهضمي.

(٦) الميلاتونين: وهو المسئول عن تنظيم دورة النوم الطبيعية للإنسان وضبط الساعة البيولوجية في الجسم، ويكون السبب الرئيسي في جلب الهدوء والراحة النفسية.

(٧) الألياف: وهي من أهم العناصر التي تنتزع الميكروبات والفضلات

الزائدة في الجهاز الهضمي، فهي المنظف القوي لهذا الجهاز وتمنع تواجد المادة الصفراوية في القولون، وتمنع الإمساك، تطرد الديدان المعوية، تقاوم الأورام السرطانية خاصة في الجهاز الهضمي.

(٨) **تحتوي التلبينة**: أيضًا على كربوهيدرات وبروتينات وهي تعمل على تنشيط جميع أجهزة الجسم وتقويته وتزيل عنه الأمراض بإذن الله – تعالى–...

قال رسول الله ﷺ: «**عليكم بهذه الحبة السوداء فإن فيها شفاء من كل داء إلاَّ السام**». (السام أي: الموت).

عن أنس بن مالك –رضي الله عنه– أن النبي ﷺ: «كان إذا اشتكى تقمح كفًّا من شوينز ويشرب عليه ماء أو عسل». (تقمح أي: استف).

❊ ❊ ❊

فصل

في فوائد زيت الزيتون

قال الله –تعالى– : ﴿يُوقَدُ مِن شَجَرَةٍ مُّبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لاَّ شَرْقِيَّةٍ وَلا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ﴾ [النور: ٣٥].

وقال رسول الله ﷺ: «**ائتدموا بالزيت وأدهنوا به فإنه من شجرة مباركة**».

والزيت هو زيت الزيتون أو كما أطلق عليه الزيت الطيب قديمًا، وهذه التسمية ليست من فراغ؛ ولكن لأن الزيت الطيب يطيب النفس ويعالج بعض الأمراض وليس له أعراض جانبية نهائيًّا.

ويحتوي زيت الزيتون على فيتامين أ هذا الفيتامين الهام الذي يعمل على تقوية جهاز المناعة لجسم الإنسان وكما نعرف أن جهاز المناعة هو جيش الدفاع للإنسان ضد الميكروبات والفيروسات التي تهاجمه خاصة هذه الأيام التي كثر فيها الكيماويات الموجودة في الخضروات والفواكه حتى الموجودة في الهواء الذي نستنشقه.

ويحتوي أيضًا على فيتامين هـ، والتي يقوم بدور المغذي والمخصب للرجال والنساء على السواء فهو يزيد من نسبة الحيوانات المنوية ويقويها عند الرجال وينشط ويخصب البويضات عند النساء، فهو فيتامين مهم خاصة هذه الأيام التي نرى فيها بعض الرجال والنساء من تأخر الإنجاب عندهم وليس لديهم مرض عضوي يمنع الإنجاب.

ويحتوي أيضًا الزيت الطيب أيضًا على فيتامين د ذلك الفيتامين الهام للأطفال الذي يعمل على توصيل الكالسيوم إلى مستقبلاته، ويقي من أمراض الكساح ولين العظام.

* **فوائد زيت الزيتون:-**

يعمل على خفض نسبة الكوليسترول بالدم عن طريق شراب ملعقة كبيرة ثلاث مرات يوميًّا.

ويعمل على تنشيط وظائف الكبد بشراب ملعقة كبيرة صباحًا ومساءاً لمدة شهر.

يزيل الألام في المعدة والقولون ويساعد على الهضم، وملين لحركة الأمعاء ويمكن شراب ملعقة قبل الأكل صباحًا ومساءاً لمدة شهر، وفي حالات الإمساك يشرب المريض ٢٠ جرام قبل النوم و ١٠ جرام على الريق.

يقوي العضلات ومضاد لتيبس المفاصل وألالام الروماتيزم ويستخدم في هذه الحلات كدهان بالتسخين ثلاث مرات يوميًّا وشراب ٢٠ جرام منه يوميًّا صباحًا، ويستخدم كدهان لفروة الرأس مرة يوميًّا مع التدليك الجيد كعلاج لتساقط الشعر.



فصل

في فوائد خل التفاح وبذر الكتان

* **خل التفاح**: قال رسول الله ﷺ: «**نعم الإدام الخل**».

* **فوائده**:-

(١) مضاد للقيء والمغص المعوي والإسهال.

الجرعة: (ملعقة كبيرة على كوب ماء عند اللزوم).

(٢) مطهر عام للمسالك البولية.

الجرعة: (ملعقة صغيرة وسط الوجبات).

(٣) مذيب للسمنة.

الجرعة: (ملعقة كبيرة على كوب ماء صباحًا ومساءً).

(٤) مسكن الألام كألام الصداع والرأس.

الجرعة: (إضافة ثلاث ملاعق خل على نصف كوب ماء ووضعها على النار واستنشاق البخار الناتج منها).

(٥) لعلاج الأمراض الجلدية المستعصية خاصة البهاق والصدفية.

الجرعة: (ملعقة كبيرة على كوب ماء مساءً وصباحًا مع عمل دهان منه على أماكن الإصابة ثلاث مرات يوميًا).

(٦) لعلاج الحروق.

الجرعة: (يغسل به مكان الحرق قبل وضع الدهان المناسب للحروق).

(٧) منشط لوظائف المعدة وفاتح للشهية.

الجرعة: (ملعقة صغيرة قبل الأكل).

* * *

* **بذر زيت الكتان.**

* **فوائده :-**

(١) منشط لوظائف الكبد.

(٢) مسكن لألام الرأس.

(٣) مضاد لإلتهابات البروستاتا والمثانة.

(٤) منظم لحركة الأمعاء وملين طبيعي في حالات الإمساك.

(٥) مسكن لألام النقرس.

(٦) مسكن لألام الروماتيزم والمفاصل.

* * *

فصل

في فوائد الزيوت النباتية والأعشاب الطبيعية في علاج الأمراض

إن لتأثير الزيوت المستخلصة من النباتات والأعشاب الطبيعية لفائدة عظيمة للإنسان خاصة إذا استخدمت مع التدليك الذي له أثر فعال على تنشيط الدورة الدموية والجهاز اللمفاوي والعصبي ويزيل التوتر النفسي والعضلي الحادث للإنسان ومع استخدام الزيوت الطبيعية والتدليك يكون عندنا علاج فعال في حالات ألام المفاصل والروماتيزم والغضروف والشد العضلي والصداع والإرهاق البدني والذهني؛ لأنه مع استخدام الزيت في عملية التدليك فإنه يدخل إلى الجسم عن طريق المسام المجودة بالجلد ويتصل مباشرة بالدورة الدموية، فيتأثر الجسم كله بالمواد الفعالة الموجودة في الزيت، فيعمل على علاج المرضى بسرعة فائقة إن شاء الله -عز وجل-.

* **وأثبت علميًا**: أن لبعض الزيوت النباتية فائدة في نشاط موجوة ألفا وبيتا للمخ عن طريق الاستنشاق مثل: (اللافندر، والتفاح لنشاط موجة ألفا يؤدي إلى الإسترخاء)، (الليمون، والياسمين لنشاط موجة بيتا يؤدي إلى تنبيه المخ).

* **ومن وظائف الزيوت**:

علاج حساسية الأنف وأمراض الأُذن بالتنقيط، الزيوت الطبيعية علاج

فعال لجميع الأمراض ما عليك إلا أن تأتي بالزيت تدلك جيداً على مكان الألم ثلاث مرات يوميًّا .

(١) **الألام الروماتيزمية** : (زيت حبة البركة – زيت الزيتون – زيت الزنجبيل – زيت الياسمين) .

(٢) **ألام العمود الفقري** : (زيت الينسون – الريحان – الكافور) .

(٣) **لألام العضلات** : (زيت الينسون – الريحان – الكافور) .

(٤) **لتقوية القدرة الجنسية** : (زيت الزنجبيل – زيت الزيتون) .

(٥) **علاج لسرعة القذف** : (زيت القرنفل – الياسمين) .

(٦) **للقلق والاكتئاب** : (زيت الريحان – الكافور – اللافندر – البابونج) .

(٧) **منشط عام للجسم** : (زيت الياسمين – زيت الورد البلدي – الزيتون – حبة البركة) .

(٨) **مقوي الجلد** : (زيت الزيتون – زيت الينسون) .

(٩) **مسكن الألام الجسمية** : (زيت الكافور – والينسون) .

(١٠) **مطهر عام من الميكروبات والجراثيم** : (زيت الليمون – الزعتر – حبة البركة – الزيتون) .

(١١) **منشط للدورة الدموية** : (زيت الزيتون – حبة البركة – البردقوش – الصبار) .

(١٢) **منبه للمخ** : (زيت الليمون – الريحان – الياسمين – القرنفل) .

(١٣) مزيل لألام الصداع والأسنان : (زيت القرنفل – الكافور– البابونج) .

(١٤) مهدئ نفسي وعصبي : (زيت النعناع – اللافندر – الينسون) .

(١٥) مقوي للأعصاب : (زيت الزيتون – حبة البركة – الجرجير) .

[١] زيت حبة البركة:

قال رسول الله ﷺ : «**عليكم بالحبة السوداء فإنها شفاء من كل داء إلا السام**» البخاري، ومسلم . والسام أي : الموت .

إذا أخذنا الحبة السوداء كعلاج لأي داء تشتكي منه وتكون بالنية أي سمعًا وطاعة لرسول الله ﷺ ، وبنية أنها ستكون العلاج الأمثل لما تشتكي منه .

* **طريقة استعمالها** :

تقمح كفًّا أي نستف كف من الحبة السوداء صباحًا ومساءًا وعند اللزوم .

أما زيتها : فيستعمل كشراب مفرد أو مضاف إلى الحليب وأيضًا كدهان على موضع الألم أي كان مكانه . . . . والله المستعان .

[٢] زيت الجرجير:

* مفيد في حالات عُسر البول وألام البروستاتا .

* مقوي للإعصاب عامة وللقوة الجنسية خاصة ويزيد من كمية السائل المنوي ويقوي الحيوانات المنوية لدى الرجال وينشط البويضات لدى النساء .

* يساعد على تقوية وظائف المعدة ويساعد على الهضم ويقوي الكبد ويزيل ألامه.

* يقوي بصيلات الشعر ويمنع التقصف ويزيد من طوله وينعمه دهانًا وشرابًا.

[٣] زيت الخس:

* ينشط البويضات لدى المرأة ويزيد من القدرة الجنسية للرجال.

[٢] زيت الجرجير:

* يحد البصر ويزيل ألام وإلتهابات العيون.

* يعالج الإمساك المزمن ويقوي وظائف الأمعاء.

* طارد للديدان في الأمعاء ومسكن لألام المغص المعدي.

[٤] زيت الزيتون:

فيه فوائد عظيمة وجليلة لكل من له حاجة في العلاج لقول الله – سبحانه وتعالى–: ﴿**يُوقَدُ مِن شَجَرَةٍ مُّبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لاَّ شَرْقِيَّةٍ وَلا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ نُّورٌ عَلَىٰ نُورٍ**﴾ [النور: ٣٥].

ولقد أقسم الله –جلَّ شأنه– فقال: ﴿**وَالتِّينِ وَالزَّيْتُونِ**﴾ [التين: ١]، فالزيتون وزيته له فوائد عظيمة للبشرية.

وقد استخدمه الأطباء من قديم الأزل إلى وقتنا هذا في علاج أمراض متعددة.

● فوائده في علاج:-

١- المعدة:

فهو منشط لوظائفها ومطهر للأمعاء ويساعد على عدم وجود بواقي للفضلات الناتجة من عملية الهضم والتي لا حاجة لجسم الإنسان (البراز) ؛ ولذلك يعمل على تنشيط وظائف المعدة والأمعاء، وأيضًا ينشط وظائف الكبد وينقيه من السموم.

* يعالج الألام الروماتيزم وإلتهاب الأعصاب وألام المفاصل والغضاريف ويستعمل شرابًا ودهانًا.

* يقوي بصيلات الشعر ويزيد من طوله ولمعانه ويلطف الجلد وينعمه ويعالج بعض أمراضه.

[٢] زيت البصل:

يحتوي البصل على مادة الجلوكوتين التي تعادل مادة الأنسولين المستخدمة في علاج مرض السكر، فأكل البصل مشوي أو شربه عصير يعالج مرض السكر ويحد من خطورته كما أنه يحتوي على مضادات حيوية لعلاج بعض الأمراض التي تحتاج لمضاد حيوي للقضاء على الفيروسات، ومن مميزات استخدام البصل كمضاد حيوي إنه ليس له أعراض جانبية على صحة المريض، كما أنه يعمل على القضاء على الفيروسات والجراثيم الموجودة في أنحاء الجسم بدءاً من الفم إلى الأمعاء.

* **ومن فوائد زيت البصل أيضًا:**

أنه منشط جنسي عالي التركيز ويعمل على زيادة السائل المنوي وتقوية الحيوانات المنوية، كما أنه منشط للدورة الدموية ومنظم لضغط الدم، ويدر البول وله فوائد أخرى لأمراض كثيرة، وعصير البصل مع عسل النحل يهدأ السعال ويذيب البلغم وموسع جيد للشعب الهوائية، وعلاج فعال مع زيت حبة البركة لمرض الربو.

[٦] زيت الفجل:

علاج فعال لمرضى نزلات البرد والسعال، فهو مهدأ فعال للسعال ومذيب للبلغم، ويستخدم في علاج ألام الروماتيزم والمفاصل.

* **ومن وظائفه:**

* يساعد على إدرار اللبن في ثدي الأم.

* يستخدم مع زيت الجرجير لتقوية الحالة الجنسية لدى الرجال، كما أنه منشط للبويضات.

* يعالج ألام عرق النسا والنقرس.

[٧] زيت اللوز:

من فوائده أنه ملين للطبيعة خاصة لدى الأطفال حديثي الولادة لعدم وجود أعراض جانبية له، كما أنه ينشط وظائف المعدة ويساعد على الهضم، ويعتبر من المسكنات الهامة لألام الجسم عامة ويستخدم شرابًا أو

دهانًا، وله قيمته الغذائية للإنسان خاصة للأطفال إذا استخدم شرابًا أو أُضيف إلى عسل نحل.

[٨] زيت الجوز:

فاتح للشهية وعلاج فعال للنحافة فهومزيد في الوزن بطبيعته، مقوي عام للأعصاب ومزيل لآلام الغضروف والمفاصل، يجدد الخلايا ويعالج أمراض الجلد وله فائدة في تقوية جهاز المناعة.



فصل

في فوائد اللحوم وأنواعها

● **تمهيد:**

البروتينات أحد أهم العناصر الأساسية في غذاء الإنسان اليومي لإحتوائها على نسبة عالية من الأحماض الأمينية الأساسية اللازمة لبناء خلايا الجسم، وإمداده بالطاقة والنشاط.

وعن سيدنا محمد ﷺ قال: «**سيد طعام أهل الدنيا وأهل الجنة اللحم**».

ومن حديث يزيده: «**خير الإدام في الدنيا والآخرة اللحم**».

وفي الصحيح عنه ﷺ: «**فضل عائشة عن النساء، كفضل الثريد على سائر الطعام**». والثريد أي الخبز واللحم.

ويروى عن علي -رضي الله عنه- أنه قال: «كلو اللحم، فإنه يصفي اللون، ويخمص البطن، ويحسن الخلق».

وعن عائشة -رضي الله عنها- قالت: «لا تقتطعوا اللحم بالسكين، فإنه من صنع الأعاجم وانشهوه نهشاً، فإنه أهنأ وأمرأ».

● **أنواع اللحوم وفوائدها بالترتيب:-**

١- لحم الضأن:

جيد الهضم وسريع في هضمه، نافع لأصحاب المعدة الضعيفة ولمن

يمارسون الرياضات الشديدة والأعمال الشاقة، يصفي اللون ويقوي الذاكرة، ينبه المخ ويقوي الأعصاب، وكان أحب الشاة إلى رسول الله ﷺ مقدمها وكل ما علا منه، وكان أفضل طعام لسيدنا رسول الله ﷺ، والصحابة الكرام.

٢- لحم الماعز:

الصغير منه جيد الهضم سريع، يقوي الأعصاب ويعالج المزاج، يقوي المعدة الضعيفة، ويغذي البدن ويقوي الجسم والعظام.

٣- لحم البقرة:

ثقيل الهضم، مفيد لأصحاب الأعمال الشاقة، ويغذي الجسم ويقويه طول اليوم ويعطيه الطاقة والنشاط المطلوبة لمواصلة العمل الشاق، يجدد الدم ويعالج الأنيميا.

٤- لحم الجمل:

لذيذ الطعم جيد وسريع في الهضم، يقوي المعدة والكبد، ويقوي العظام ويعالج لينها ويساعد في تقوية الأعصاب وينشط الذهن كما أنه يزيد من القوة الجنسية.

٥- لحم الأرانب:

سهل الهضم، يساعد في تقوية وظائف المعدة والكبد كما أنه يساعد في تنشيط وظائف الكلى وتفتيت الحصى، ويدر البول.

٦- لحوم الطيور:

مفيدة للجسم عامة كما أنها ليس لها أي أعراض جانبية وتعمل على تقوية وظائف المعدة والكبد كما أنها صالحة لجميع الأعمار وأيضًا مفيدة لأصحاب الأمراض الباطنية لسهولة هضمها وتساعد في تقوية الذاكرة وتنبيه المخ ، وتقوي الأعصاب وتقوي الحالة الجنسية للجنسين كما أنها تساعد في تقوية البصر وتجدد الخلايا، وتمنح الجسم الطاقة والحيوية.

*** وأنفعها بالترتيب:**

* لحم العصافير.
* لحم الحمام.
* لحم الفراريج.
* لحم الديوك.
* لحم البط.
* لحم الأوز.
* لحم السمان.
* لحم الجواد.

***

فصل

في أهمية الفيتامينات

والأملاح المعدنية وأهم مصادرها

● **الفيتامينات:**

مواد عضوية هامة لحيوية ونشاط الجسم للإنسان، وتساعد في عملية التمثيل الغذائي ونقصها يؤدي إلى بعض الأمراض وكذلك زيادتها ونحن بصدد التعريف بماهية الفيتامينات ودورها في جسم الإنسان وأين توجد.

(١) فيتامين ب - الثايمين: THIAMINE

مصادره: السوداني، الشعير، القمح، اللبن، الكبد.

ويعمل على تنشيط الجهاز الهضمي وضبط ضغط الدم، ويساعد في عملية النمو، ونقصه يسبب إرتفاع في ضغط الدم، وزيادته تؤدي إلى: الإرهاق البدني وإنخفاض في ضغط الدم وصداع وقلق.

(٢) فيتامين ب ٢ RIBOFLAVIN

مصادره: اللبن، الزبد، القمح، اللحم، الشعير، ويعمل على تقوية الجلد، يقوي البصر، يساعد في عملية التمثيل الغذائي، ونقصه يسبب ضعف البصر، إلتهابات جلدية.

(٣) فيتامين ب ٣ الثيامين:

مصادره: اللحوم، البيض، السمك، اللبن ومنتجاته، الطيور، القمح، الشعير. يعمل على مساعدة بعض الإنزيمات التي تدخل في عملية التمثيل الغذائي وينشط وظائف الجهاز الهضمي والعصبي. ونقصه يسبب تشنجات، إرتعاش، دوخه وقلق. وزيادته تسبب تسمم الكبد، إنخفاض ضغط الدم، إضطرابات في الجهاز الهضمي وحكه بالجلد وإحمرار الوجه.

(٤) فيتامين ب ٦ بريدوكسين: PYRODOXINE

مصادره: الأسماك، اللحوم، السبانخ، البطاطس، الكبد، الطيور، الفول. ويعمل على تكوين كرات الدم الحمراء والبيضاء، يدخل في عملية التمثيل الغذائي. ونقصه يسبب تغييرات في الجهاز العصبي مما يؤدي إلى نقص بعض الهرمونات التي تؤدي إلى التخلف العقلي، صعوبة في المشي، إكتئاب، إضطرابات عنيفة.

(٥) فيتامين ب ١٢ :

مصادره: الكبد، اللحوم، الأسماك، اللبن ومشتقاته، الطيور، ويعمل على تنشيط الجهاز الهضمي وتكوين الحمض المنوي D. N A، يقوي الجهاز العصبي. نقصه يسبب الأنيميا الحادة، الإلتهاب العصبي، ضعف عام، فقدان الوزن.

(٦) حمض الفوليك: FOLIC. ACID

مصادره: اللحوم، الكبد، الخضروات الورقية، الفول، القمح، البرتقال،

الليمون. يعمل على تكوين الحامض المنوي D. N A وتكوين الخلايا. نقصه يسبب الإنيميا، إضطراب الجهاز العصبي والهضمي.

(٧) فيتامين ك (K)

مصادره: السبانخ، الفجل، الجرجير، الملوخية، الطماطم، البيض، الكبد. يعمل على تجلط الدم في حالات النزيف.

(٨) فيتامين ج: ASCORBIC - ACID

مصادره: البطاطس، الطماطم، الموالح، الفول، الشعير، القمح. يعمل على إمتصاص الحديد، مضاد الأكسدة، يساعد على إلتئام الجروح وعلى تكوين الكولاجين. نقصه يسبب: مرض الإسقربوط، الأنيميا. وزيادته تسبب تكوين حصوات بالكليتين، وبعض ألام بالمعدة، ونادراً ما يحدث هذا.

(٩) فيتامين د: (D)

مصادره: المصدر الأساسي له أشعة الشمس، اللبن، زيت كبد الحوت، صفار البيض. يعمل على الإحتفاظ بنسبة الكالسيوم في العظام فلا تسبب الألام بها.

(١٠) فيتامين هـ: (E)

مصادره: القمح، الشعير، الفول، الخضروات عامة. يعمل على تقوية الخلايا العصبية، يساعد في عملية التمثيل الغذائي – مانع للتأكسد. وزيادته تسبب الألام بالعضلات، ضعف البصر، الإسهال.

● الأملاح المعدنية:

الأملاح المعدنية عناصر هامة لجسم الإنسان، فمثلاً إن تعرض الإنسان لمرض حاد مثل السرطان فيحدث نقص لعنصر الصوديوم يسبب تدهور الحالة الصحية، ونقص الكالسيوم يسبب لين العظام والهشاشة في الكبد.

* ولك عزيزي القارئ هذه المعلومات الهامة عن الأملاح المعدنية وأهميتها لجسم الإنسان ومصادر الحصول عليها.

(١) الكالسيوم:

مصادره: السردين، الخضروات الورقية، اللبن ومشتقاته الكرنب، اللفت، أشعة الشمس، يعمل على تكوين الهيكل العظمي لجسم الإنسان، الأسنان، الأظافر، الجلد والعضلات.

(٢) الماغنسيوم:

مصادره: القمح، الفول، اللوبيا، البطاطا، التمر، البندق، اللوز، الخضروات. يعمل على تكوين الهيكل العظمي والأسنان والبروتين.

(٣) الصوديوم:

مصادره: ملح الطعام، الفجل، الكرفس، الجرجير، الكرنب، اللفت، الجزر، العنب. ويعمل على إتزان الماء في الجسم، تكوين الأظافر، الجلد، الأسنان، العظام، وتنشيط الجهاز الهضمي.

(٤) البوتاسيوم: POTASSIUM

مصادره: الموز، الجزر، اللبن، اللحوم، الأسماك، الفاصوليا، اللوبيا، القمح، الشعير، الفول. يعمل على إتزان الماء وإتزان الدرجات الحمضية والقلوية بالجسم، وينظم حرارة الجسم.

(٥) الفوسفور:

مصادره: اللبن ومشتقاته، اللحوم، البيض، الخضروات عامة الفواكه، الأسماك بأنواعها، يعمل على تكوين الهيكل العظمي، الأسنان، تكوين الحمض المنوي، يعمل على إمتصاص الكالسيوم والماغنسيوم.

(٦) الكروم:

مصادره: اللحوم، الكبد خاصة، صفار البيض، الفول، الشعير (القمح)، يعمل على إنتقال الجلوكوز للخلايا.

(٧) السيلكون:

يعمل كعنصر مع الكالسيوم للحفاظ على العظام، وهام لوظيفة الغدة الكظرية، القلب، البروستاتا، المبيضين.

(٨) الفلور:

مصادره: الماء العذب، الجزر، الكرفس، السبانخ الخضروات الورقية، القصب، يعمل على تقوية العظام والأسنان، الدماغ، العيون، البروستاتا، المبيضين.

(٩) الكبريت :

مصادره: الخضروات الورقية، البروتينات عامة من لحوم وبقوليات، يعمل على تقوية البصر، والشعر، والأظافر، وعنصر هام للهيكل العظمي والأسنان، الجلد، الجهاز الهضمي .

(١٠) الكلور:

مصادره: ملح الطعام، التمر، الكرفس، الخضروات الورقية، الطماطم، يعمل على إتزان الماء في جسم الإنسان، إتزان الحامض القلوي بالجسم . وهو جزء من حمض الهيدروكلوريك في المعدة، يساعد على إنبات الشعر وتقوية الجلد، الأسنان، وتنشيط عمل الجهاز الهضمي .

(١١) الحديد:

مصادره: اللحوم بأنواعها، الكبد، الفول، القرع، السبانخ، القلقاس، الأسماك، جذور الخضروات يعمل على تنشيط الدورة الدموية وهو جزء من الهيموجلوبين وبعض الإنزيمات الهامة لتكوين أجسام مضادة للفيروسات، ويعمل على تكوين العضلات .

(١٢) المنجنيز :

مصادره: القمح، الشعير، الفول، الذرة، السوداني، الجزر، الثوم، البصل، الخيار، الخضروات الورقية، المكسرات . يعمل على تكوين العظام، عنصر هام للغدة الكظرية والدرقية .

(١٣) اليود :

مصادره : الأسماك بأنواعها، السبانخ، القلقاس، الكرنب، العنب . يعمل على المساعدة في عملية التمثيل الغذائي ويدخل في الغدة الكظرية والدرقية والصنوبرية .

(١٤) الزنك :

مصادره : بذور عباد الشمس، البروتينات، الخس، الكرفس، القمح . يعمل على إلتئام الجروح، نمو الأعضاء، يقوي حاستي الشم والتذوق، يخزن ويطلق الأنسولين، ينبت الشعر .

(١٥) النحاس :

مصادره : المكسرات بأنواعها، اللحوم، المشمس، الخوخ، القمح، الفول . يعمل على تكوين الهيموجلوبين، يدخل في عمل جهاز المناعة، تكوين الكولاجين .

(١٦) الكوبات : هو جزء من فيتامين ب ١٢ :

مصادره : اللحوم والطيور عامة .

* * *

فصل

في الأدوية العشبية المفردة

وفوائدها في علاج الأمراض

إن الله -سبحانه وتعالى- قد أنعم علينا بنعم كثيرة لا حدود لها. وأن من هذه النعم: (**الأعشاب البرية والمائية والخضروات والفواكه**)، وكل ما تُنبته الأرض من زرع هدى الله به الإنسان لزراعته أو أنبته الله -جل شأنه- بأمر منه ومن فضل الله علينا أن هدى بعض العلماء في أزمان مختلفة إلى دراسة الأعشاب وكيفية إستخدامها في العلاجات الطبية للأمراض وعلى مر العصور تطور الطب وتطور العلاج وإكتشفت كثير من الأعشاب الهامة والضرورية لعلاج بعض الأمراض، حتى وصلنا إلى الألفية الثالثة فوجدنا أن العلاج بالأعشاب أهم وأعظم شأنًا من العلاجات الكيميائية وأن من أهم الدراسات التي أجريت في معامل شتّا في أنحاء العالم على العلاج بالأعشاب، أن نتيجة الأبحاث المختلفة على الأعشاب بصفة عامة أتت بما يتمناه الباحثون لخير الناس أجمعون وهو أن الأضرار الجانبية للعلاج بالأعشاب قد لا تكون موجودة أو بالأصلح لا تتجاوز ٥٪ بالنسبة للأعراض الجانبية للعلاج بالكيماوي والأدوية المستخلصة كيميائيًّا، وأن فضل العلاج بالأعشاب والخضروات والفواكه له الأثر الطيب على المريض وله فاعلية في التغلب على الأمراض الكثير منها دون حدوث مضاعفات للمريض من جهة أخرى.

فمثلاً مرض عسر الهضم والحموضة، وإلتهابات المريء وهذا المرض منتشر جداً بين فئات الشعب عامة، والعلاج بالأدوية الكيميائية والمستخلصة علاج جيد ويفيد في تسكين الألام والحموضة في المعدة أو المريء.

ولكن من أعراض الدواء الجانبية قد يحدث للمريض بعض التغييرات في وظائف الكبد يؤثر على الكلى، وقد يحدث حساسية في الجلد، ويؤثر على الحوامل والرضع، ومن أهم العلامات لقرحة المعدة والإثنى عشر وإلتهابات المريء والتي تسبب الحموضة وعسر الهضم مادة رانتيدين المشهورة والمستخدمة كثيراً.

ولو نظرنا إلى العلاج بالأعشاب نجد أن إستخدام النعناع، الجنزبيل، الينسون، الكمون، العرقسوس، من العلاجات الهامة والمستخدمة في علاج الإثنى عشر، وإلتهابات المريء والمعدة وعلاج القولون العصبي.

وبعد دراسات وافية لم نجد أن أعراض جانبية لهذه العلاجات ولا تأثيرات على أجهزة أخرى على جسم الإنسان المريض المستخدم لهذه العلاجات.

بل إننا جميعًا نستطيع أن نقول أنه لا يوجد أعراض جانبية إن إستخدمنا هذه الأعشاب لأننا نكاد أن نكون مستخدميها يوميًا وفي فترات كثيرة من اليوم ولا يصيبنا منها شيئًا، بل إنه بالفطرة عرف الناس أهمية النعناع والينسون والعرقسوس وغيرها من الأعشاب الطبية، وأمروا بإستخدمها في

علاج كثير من الأمراض دون إنتظار.

تجارب معملية وبالتجربة الفعلية في إستخدام الأعشاب الطبية ثبت لمستخدميها أهميتها في علاج كثير من الأمراض دون أن تصيب أو تؤثر على أجهزة الجسم الأخرى.

فالله الحمد والشكر على ما أنعم به علينا مما تنبت الأرض، وعلينا أن نحدث بنعمة الله -جل شأنه- وأن نستخدمها لصالح الناس، ونود بعد أن هدانا الله -عز وجل- أن نهب الناس العلم الذي هدانا الله له، وأن نعرف الناس بأهمية الأعشاب والخضروات والفواكه وكيفية إستخدامها في العلاج.

وفي هذا الباب نشرح كيفية إستخدام الأعشاب بالنسب الصحيحة، وكيفية إستخراج المواد الفعالة في كل عشب والجرعات المستخدمة في علاج المرضى والوقت الكافي لإستمرار العلاج. حيث بإذن الله الشفاء.

وسنشرح بعض الأدوية المفردة والأخرى المركبة، وعلى شرح تفصيلي للأمراض وأسبابها، وكيفية البعد من بعض العوامل المسببة لها، وشرح الأدوية المختلفة المستخدمة في علاج المرضى، مع شرح تفصيلي للمواد المستخدمة والنسب المطلوبة، وطريقة تحضير الدواء وحفظه، والجرعة اليومية.

أما الشفاء فهو من عند الله -عز وجل- بيده وحده لا شريك له فيه ولا شريك له، الملك.

وأخيراً عزيزي القارئ إقرأ التالي وتمعن فيه فهمه إن التطور الشديد الذي يشهده العالم في كل المجالات والعلوم فهو قد شهد أيضًا تطور في الأمراض بالنسبة لإنتشارها وتوطنها في المجتمعات خاصة الأمراض المزمنة التي ليس لها علاج مكتشف حتى الأن، ونحن بصدد تقديم المعونة والمشورة بإذن الله -سبحانه وتعالى- لأصحاب هذه الأمراض في محاولة منّا في مساعدتهم والسعي وراء العلاج الصحيح والعلاج بالأعشاب والنباتات الطبيعية الذي قيل عنه أنه العلاج البديل ولكن أقول إنه العلاج الأصلي والأصح والدلائل كثيرة، ويكفي أن نقول لكم أنه لو فرض واختلف ملامح التكنولوجيا والتقدم العلمي والمعلمي والماكينات والحواسب الألية وغيرها.. من معامل ومصانع الأدوية، ومرض الإنسان وذهب إلى الطبيب فماذا سيأخذ من علاج؟ وقتها سيصف له أحد الأعشاب ليأخذه بطريقة وجرعة معينة للعلاج أو إختيار الطبيب للعشب سيكون بحكم إحتواء العشب للمواد الفعالة اللازمة للقضاء على الداء.

وإذا ما دمنا تقدمنا علميًّا واستطعنا إكتشاف المواد الفعالة لكل نبات فلماذا لا نستخدم النباتات والأعشاب في العلاج... إذاً فما هو العلاج الأصلي وما هو العلاج البديل؟ ولكل منّا حرية التفكير والإختيار، واعلم وتمعن في قول سيدنا محمد ﷺ: «**وما أنزل الله من داء إلاّ وأنزل له الدواء**».

فاعلم أن الدواء موجود ما عليك إلا السعي وراء معرفته ما دام هناك إيمان بالله -عز وجل- وعقل يفكر ونفس مطمئنة بذكر الله -سبحانه وتعالى- ونيه خالصة لوجه الله الكريم، وعمل صالح فستحصل على ما تريد وأن ما

نذكره من علاجات دوائية عشبية خالصة للأمراض المختلفة ما هو إلا تواصل بيننا وبين علمائنا الأفاضل أمثال ابن كلده، الأنطاكي، ابن سينا، ابن البيطار، وعلى رأسهم سيد الخلق سيد محمد ﷺ، هؤلاء العلماء التي تدرس كتبهم وعلمهم في جميع أنحاء العالم، وفي كل مركز بحوث نزورة إلا وتجد كتب هؤلاء في مكاتبهم وليستعين بها الباحثون على أبحاثهم وما هدينا إليه إلا هبة من الله -سبحانه وتعالى- وأتمنى أن أخدم به البشرية كما فعل أسلافي الأفضل والله المستعان . . .

* * *

● **فوائد الأدوية الشعبية المفردة:**

الينسون، الرازيانخ، أنيسون:-

فوائده:

يزيل ألام الصداع والصدر وضيق التنفس ومذيب للبلغم، مدر للبول ويفتت الحصى، ينشط وظائف المعدة والكبد ويعمل على تسكين ألام الأسنان وألام الروماتيزم شرابًا ودهانًا.

أس، المرسين، ريحان الأرض:-

فوائده:

مفيد في حالات الإسهال والمغص المعوي ويساعد في تقوية بصيلات الشعر ويمنع تساقطه ويعالج الصلع وينبت الشعر إذا استخدم لفترة ثلاث شهور متواصلة دهانًا.

الإترج:-

فوائده:

ذكر حديث عن سيدنا محمد ﷺ قال فيه: «**مثل المؤمن كمثل الأُترجة طعمها طيب وريحها طيب....**». فهو مفيد في حالات عُسر الهضم ويساعد في تنشيط وظائف الكبد ويخرج الرياح ويعالج الإنتفاخ من المعدة كما أنه يعمل على تقوية بصيلات الشعر وبنيته مرة أخرى إذا استعمل مع الحناء.

بسباسه -داركيشه:-

فوائده:

يعالج ألام الصداع خاصة الصداع النصفي، وعند استنشاقه يساعد في علاج حساسية الجيوب الأنفية، كما أنه مفيد للمعدة الضعيفة ويقوي وظائف الكبد ويعمل كعلاج للإسهال وألام المغص المعوي ويقوي الأعصاب.

الترمس، البقلي:-

فوائده:

نافع في حالات الأورام خاصة الحمراء ضماداً، يعمل على تسكين الألام الروماتيزمية كما أنه يساعد على التئام الجروح والقروح، شرابه يطرد الديدان من الأمعاء ويدر البول كما أن فوائده عظيمة في علاج الأمراض الجلدية كالبهاق الأبيض والصدفية.

بنفسج:-

فوائده:

يساعد في علاج ألام الصداع والسعال والصدر ويسكن الصداع دهانًا أو إستنشاقًا كما أنه يخفف ألام الأورام خاصة الحمراء وإذا دهن به الجرب والقوب كان نافعًا بإذن الله -تعالى-.

تمر هندي:-

فوائده:

يعالج الإمساك المزمن ويُشرب كمهدئ للمغص المعوي ومضاد للقيء، كما أنه مفيد في حالات البرد والأنفلونزا وخافض للحرارة ومنشط لوظائف الكبد.

الحلبة:-

فوائده:

مسكن لألام العمود الفقري والمفاصل شرابًا ودهانًا ومفيدة في حالات نزلات البرد الحادة خاصة مع الليمون وتستخدم كعلاج للنحافة (مسمن) مدره للبول، منشطة لوظائف الكلى، وأيضًا لها فوائد في علاج الأورام والحروق والجروح -ضمادًا، كما أنها تعمل على تهدئة السعال الجاف وعلاج فعال لمرضى الربو خاصة مع عسل النحل وحبة البركة وتشرب مائها كعلاج لمرضى الإمساك المزمن.

حلتيت:-

فوائده:

مجدد لخلايا الدم وعلاج فعال لمرضى الأنيميا، مطهر معوي ممتد المفعول وطارد للديدان المعوية وملين للطبيعة، علاج فعال للبواسير، مقوي للباة.

حنظل:-

فوائده:

علاج فعال لمرضى الروماتيزم وعرق النسا والنقرس، ويساعد في تقوية الأعصاب عامة ومقوي للباة، ويقطع نزيف الدم.

الحمص:-

فوائده:

مفيد في حالات الربو وضيق التنفس، موشع للشعب الهوائية ومهدئ للسعال، طلائه نافع في حالات الأورام والحروق والجروح المزمنة، ويعمل على تسكين الآلام عامة أكلاً ودهانًا كآلام الأسنان والمفاصل ومهدئ للمغص الكلوي ومفتت للحصى.

الكمون:-

فوائده:

يمنع نزيف الأنف استنشاقًا وتنقيطًا في الأنف يقوي البصر ويطهر العيون، ومضاد للمغص المعوي خاصة لدى الأطفال حديثي الولادة، ينشط

وظائف المعدة وملين للطبيعة، موسع للشعب الهوائية وطارد للبلغم ومهدئ للسعال ومسخن للجسم.

الحزنبل - أخلبه أم ألف ورقة:-

فوائده:

منشط عام للدورة الدموية ومقوي للأعصاب، منشط للمعدة ويساعد في عملية الهضم إذا أخذ قبل الطعام، يستعمل ماء غليه في تطهير اللثة والأسنان وقرح الفم ويسكن ألامه.

قصب الذريره، عود الوج، عرق أكر:-

فوائده:

يساعد في تنشط وظائف المعدة وينشط عملية الهضم بطريقة فعالة لمن لديهم عُسر الهضم المزمن، ويعمل أيضًا كمضاد للقيء وفاتح للشهية لدى الكبار والصغار.

كزبرة البير، كزبره الماء:-

فوائده:

يعالج الإمساك المزمن ويدر البول والطمث كما أنه يستخدم كمضاد لنزلات البرد والأنفلونزا، وأيضًا موسع للشعب الهوائية، كما أنه يساعد في مطاردة البلغم ومهدئ للسعال ومفيد لمرضى الربو وإستخدامه كدهان على الشعر مفيد جدًا لتقوية الشعر وزيادة كثافته.

الصبار المكسيكي، الكورتيزون:-

فوائده:

يستخدم الكورتيزون كمضاد للأزمات الصدرية والربو الشعبي، كما أنه يستخدم أيضًا في علاج الألام الحادة كألام الروماتيزم والعمود الفقري والنقرس، كما أن له إستخدامات لبعض الأمراض الجلدية كالصدفية والأكزيما الحادة.

كركديه، غاب:-

فوائده:

منقوع الكركديه خافض لضغط الدم المرتفع، ويستخدم كمضاد لنزلات البرد والأنفلونزا وخافض للحرارة كما أنه مدر للبول ومطهر معوي قوي ويساعد في قتل الميكروبات الموجودة في المعدة والأمعاء ويشرب كملين.

رجل الأسد، لوف السباع:-

فوائده:

مفيد في حالات الإلتهابات المهبلية وأمراض النساء من إفرازات وألام ما بعد الولادة، كما أنه يساعد في علاج أمراض السمنة ويؤخذ كمذيب للدهون.

البصل:-

فوائده:

علاج فعال لمرضى الربو ويساعد على علاج الإلتهابات الشعبية

الحادة، كما أنه مهدئ للسعال وموسع للشعب الهوائية منشط لوظائف الكلى، مدر للبول، يقوي الأُذن وخاصة العصب السمعي بإستخدامه كنقط كما أنه طارد للغازات ومطهر معوي قوي وقاتل للبكتيريا في المعدة والأمعاء وطارد للديدان المعوية، وأيضًا يساعد في عملية الهضم، ويستعمل كمضاد للأورام السرطانية، يخفض نسبة السكر في الدم ويعمل عمل الأنسولين، ويستخدم كمضاد حيوي ممتد المفعول لإلتهابات اللوزتين والحنجرة وأمراض الجهاز التنفسي العلوي والسفلي.

الكرات:-

فوائده:

مضاد حيوي واسع المجال قاتل للميكروبات والجراثيم خاصة المجودة في المعدة والأمعاء، طارد للديدان ومنشط لوظائف المعدة ويسهل عملية الهضم ويساعد في تفتيح الشهية إذا أخذ قبل الأكلة بساعة، مفيد للأطفال في حالات الضعف العام والأنيميا ولين العظام كما أنه مقوي للأعصاب ومنشط للذاكرة.

الثوم:-

فوائده:

الثوم من أهم المضادات الحيوية الفعالة لعلاج أمراض المعدة وسوء عملية الهضم، طارد للديدان ويستخدم كمضاد فعال للإنتفاخ والغازات، مطهر معوي واسع المجال ويساعد في خفض ضغط الدم المرتفع وموسع للشرايين،

وعند أكله مع عسل النحل يستعمل كعلاج فعال لمرضى الربو وضيق التنفس كما أنه مضاد للأورام السرطانية، وخير علاج وقائي من الأورام السرطانية ويعمل كعلاج قوي في حلات نزلات البرد والسعال.

الحرمل:-

فوائده:

مسكن لألام الروماتيزم والعمود الفقري، وألام الرأس يدر البول وينشط وظائف الكلى وأيضًا يدر الطمث، كما أنه مهدئ لألام القولون وينشط وظائف الأمعاء ويساعد في عملية الهضم ويخرج الرياح والغازات من البطن ويساعد في تسكين ألام عرق النسا والنقرس بإستخدامه دهانًا أو شرابًا.

حب الصنوبر:-

فوائده:

يساعد في علاج مرضى النحافة (مسمن) كما أنه مفيد في حالات ألام الرقبة ومهدئ للسعال ويساعد في تقوية الأعصاب واللباة ويزيد المني، ومنشط لوظائف الكلى ومفتت الحصى.

الخردل، البلسان، الكبر:-

فوائده:

منقي للبدن، يعالج الأورام والجروح والقرح المزمنة والجرب بإستخدامه كدهانًا، يساعد في تسكين ألام المفاصل وعرق النسا وألام الغضروف.

الخروع:-

فوائده:

يساعد الخروع في تلطيف الجلد وتقوية بصيلات الشعر ويزيد من طوله ونعومته بإستخدامه دهانًا على الشعر كما أنه يساعد في علاج الأمراض الجلدية كالجرب والحكة والقروح شرابًا ومفيد في حالات الإمساك.

دار صيني، القرفة:-

فوائده:

مفيد في حالات التسمم المعوي ويستخدم كموسع للشعب الهوائية، ومهدئ للسعال المصحوب ببلغم، كما أنه يساعد في تقوية الأعصاب ويساعد مرضى النحافة بإستخدامه مسمن.

الشمر، الرازيانج:-

فوائده:

يقوي البصر ومضاد لإلتهابات العيون يعمل على خفض الحرارة المرتفعة بالجسم ومسكن للألام، وينشط وظائف المعدة ويعالج عسر الهضم، كما أنه منشط لوظائف الكلى ويدر البول ويساعد في زيادة اللبن في ثدي الأم.

الرمان:-

فوائده:

منشط ومقوي لوظائف المعدة ويساعد في عملية الهضم إذا أكل قبل

الطعام ومنشط للجهاز العصبي المركزي ويقوي الذاكرة، كما أنه يعالج إلتهابات الأذن ويساعد في تسكين الألام في الرأس عامة، كما أن دهانه نافع في حالات الأورام والقروح.

زنجبيل:-

فوائده:

ينشط الدورة الدموية المخية وينبه المخ، يساعد على التركيز والحفظ، يقوي البصر وعلاج لحالات النحافة (مسمن) ويساعد في عملية الهضم ويعالج ألام القولون بجرعات معينة ويقوي البأة.

الياسمين:-

فوائده:

منشط لخلايا المخ ويساعد على الحفظ والتركيز ومفرح للقلب ويزيد الشهوة الجنسية ويقوي البأة.

هنديا، شيكوريا:-

فوائده:

منشط قوي لوظائف المعدة ويقويها، ويعالج عسر الهضم كما أنه ينشط الكبد ويدر الصفراء.

المسك:-

فوائده:

مفرع للقلب ونافع في حالات خفقان القلب ونافع في حالات الصداع وألام الجسم ودهانًا ومضاد للسموم شرابًا.

مصطكى:-

فوائده:

مقوي للمعدة الضعيفة، ويستخدم كمضاد لأمراض القولون وعسر الهضم، ويساعد في تنشيط وظائف الكبد ومدر للصفراء، كما أنه مطهر معوي قوي وطارد للديدان ومهدئ للسعال الجاف ومضاد لنزلات البرد.

لبان ذكر، الكندر:-

فوائده:

يعالج ثقل اللسان مضغًا، يهدئ السعال ويذيب البلغم وموسع للشعب الهوائية، ويستخدم كعلاج جيد لمرضى الربو، مضاد للقيء خاصة لدى الحوامل وليس له أعراض جانبية عليهم، كما أنه مقوي لوظائف المعدة وينشط عملية الهضم كما إنه مطهر معوي وطارد للديدان بقوة.

السذاب، الفيجن:-

فوائده:

منشط للدورة الدموية، مقوي للأعصاب وعلاج لمرضى الغضروف

وإلتهابات المفاصل، كما أنه ينشط وظائف المعدة، ويساعد في عملية الهضم وفاتح للشهية، ويعمل كمنشط للبويضات ويساعد على الحمل.

الصفصاف:-

فوائده:

مضاد لألام الرأس خاصة الصداع، منشط للدورة الدموية، ومضاد لتصلب الشرايين والجلطات، مقوي لوظائف المعدة والكبد، مضاد للأورام والرياح بالبطن، ويستعمل كمطهر معوي قوي.

الأراك، السواك:-

فوائده:

مطهر للفم ومقوي للأسنان واللثة، كما أنه يزيل الرائحة الكريهة بالفم ويعمل كقاتل للبكتريا والميكروبات، ويساعد في تنشيط وظائف المعدة ويساعد في عملية الهضم كما أنه منشط للذاكرة وتنبيه المخ.

السمسم:-

فوائده:

موسع للشعب الهوائية ومضاد للربو، مهدئ للسعال وطارد للبلغم، فاتح للشهية ومهضم، كما أنه علاج للنحافة (مسمن) مزيل للألام وطارد للرياح والغازات ويساعد في تقوية بصيلات الشعر وعضلة القلب.

الخردل الأبيض:-

فوائده:

منشط للدورة الدموية، مزيل لألام الروماتيزم والمفاصل وألام النقرس كما أنه يسكن ألام الصداع والأذن ومطهر للفم واللثة والحنجرة والأسنان ومسكن لألامهم.

حلفا بر، إذخر:-

فوائده:

مهدئ للمغص الكلوي، مفتت للحصى بالكلى والحالب، مدر للبول والطمث، مسكن لألام المغص المعوي ومغص الحيض، مطهر لقروح الفم ومسكن لألام اللثة والأسنان بإستخدامه كمضمضة.

التمر الهندي:-

فوائده:

مضاد للحمى خافض للحرارة، مسكن لألام الصداع والعظام، خافض لضغط الدم المرتفع، مضاد للقيء، كما أنه مفيد للمعدة الضعيفة يخفض نسبة السكر في الدم.

الشاي الأخضر:-

فوائده:

مضاد للسرطان والأكسدة، موسع للشعب الهوائية، ومهدئ للسعال

الجاف، مقوي للعظام وعلاج للهشاشة ولين العظام، منبه للمخ، مقوي للذاكرة، يساعد على تنشيط وظائف المعدة ويعمل على سهولة الهضم ومفتح للسدر.

الشاي الأسود:-

فوائده:

منشط للجهاز العصبي المركزي، ومنشط للقلب، مدر للبول والطمث، يساعد في عملية الهضم، مسكن لألام الصداع.

الكاكاو:-

فوائده:

يساعد في تنشيط الجهاز العصبي المركزي، منبه المخ وللذاكرة، كما أنه مقوي عام للجسم.

الزعتر:-

فوائده:

مطهر معوي واسع المجال، يعمل كمنشط للجهاز الهضمي ويعالج عسر الهضم، فاتح للشهية، طارد للرياح والغازات، مطهر للفم ومزيل للرائحة الكريهة بالفم، مسكن للصداع وألام الرأس.

الشبت، السنوت:-

فوائده:

طارد للغازات مهدئ للمغص المعوي، ومطهر معوي واسع المجال، مهدئ نفسي عام، ويساعد على النوم لمن لديهم حالات الأرق والإكتئاب، يخفض نسبة السكر في الدم، مطهر للمجاري البولية ومدر للبول، مضاد للأورام السرطانية، وعلاج فعال لمرضى السرطان مع الشمر ومضاد للسموم.

البابونج، تفاح الأرض:-

فوائده:

مهدئ للأعصاب، يساعد على النوم لمن لديهم أرق وتوتر نفسي، مهدئ لألام المعدة وطارد للغازات والرياح، كما أنه مسكن للمغص المعوي ويساعد على سرعة الهضم.

كرفس:-

فوائده:

مطهر للمسالك البولية، ومسكن لألام المغص الكلوي ومفتت للحصى بالكلى والحالب، كما أنه يساعد في تسكين ألام الروماتيزم والمفاصل ومرض النقرس، مضاد للسموم وعلاج فعال للمرضى.

السكر الصبر، الصبر السقرطي، الصبر العربي:-

فوائده:

عند إستخدامه كدهانًا وشرابًا في حالات الأمراض الجلدية مثل: الصدفية، البهاق، القروح الصديدية، كما أنه يساعد في تنشيط وظائف الكبد ومدر للصفراء يعمل على تسكين ألام الرأس خاصة الصداع ومقوي للبصر كما أنه مقوي لبصيلات الشعر، منشط لوظائف البنكرياس، إستحلابًا علاج لمرضى السكر.

الخلة البرية، مسواك:-

فوائده:

أهم علاج في الوقت الحاضر لعلاج الصدفية والبهاق، ويشفي الأمراض الجلدية المستعصية.

الخلة البلدي:-

فوائده:

علاج فعال لمرضى الكلى ومفتت للحصى بالكلى والحالب والمثانة، كما أنه موسع للشرايين ومجر البول، مدر للبول ومنشط لوظائف الكلى ومهدئ للمغص الكلوي.

الكندس، سرة الكبش:-

فوائده:

مفيد في حالات ألام الرأس من الصداع، وألام الأسنان واللثة، كما إنه يسكن ألام الروماتيزم والعمود الفقري، ويستخدم كمضاد للإلتهابات المفصلية.

عاقر قرحا، عود قرد:-

فوائده:

يفيد في حالات إلتهابات الفم واللثة، كما أنه يستخدم كمسكن لألام الأسنان، كما أنه مفيد أيضًا في حالات سرعة القذف لدى الرجال ومنشط جنسي قوي.

اللحلاح، السودنجان:-

فوائده:

يستخدم حاليًا كعلاج للسرطان، كما أنه مسكن لألام الروماتيزمية وإلتهابات المفاصل والعمود الفقري والنقرس.

الكزبره:-

فوائده:

خافض لضغط الدم المرتفع، يعمل على توسيع الشرايين وكمهدئ عصبي ومنشط لوظائف المعدة ويساعد على الهضم.

البندق:-

فوائده:

منشط للجهاز العصبي المركزي، ومقوي للأعصاب يساعد في تنشيط الذاكرة والمخ، كما أنه يستخدم كمطهر للجروح والقروح، نافع لمرضى البواسير ويستعمل كمغذي قوي للأطفال.

خروب:-

فوائده:

علاج فعال للإمساك، منقي للأمعاء من الفضلات خاصة عند الأطفال، مدر للبول والطمث ومضاد للسموم.

الزعفران:-

فوائده:

مقوي للبصر، منشط للأعصاب، مقوي جنسي، يقوي عضلة القلب، ويستخدم كعلاج لمرضى الصرع، الشتنجات، كما أنه مضاد للسحر الأسود.

العنبر، الأشهب:-

فوائده:

ينشط وظائف المعدة ومقوي لها، ويستخدم كعلاج للإسهال، كما أنه قابض للأمعاء ويساعد في تسكين ألام الرأس وألم الصداع والأذن، ويعمل كمضاد لحساسية الجيوب الأنفية.

الشيكوريا، السريس:-

فوائده:

علاج فعال لمرضى قرحة المعدة والأثنى عشر، كما أنه ينشط وظائف المعدة ويقويها، مدر للبول ويساعد في علاج الإسهال المزمن وينشط وظائف الأمعاء ويساعد على الهضم.

البن:-

فوائده:

منشط للجهاز العصبي المركزي، مقوي للأعصاب، رافع لضغط الدم المنخفض، كما أنه مقوي لعضلة القلب وموسع للشعب الهوائية، ويستخدم كمضاد للأزمات الصدرية وعلاج لمرضى الربو الشعبي.

المر:-

فوائده:

منشط للجهاز العصبي المركزي، منبه للمخ والذاكرة ويستخدم في حالات الإلتهابات المهبلية والمسالك البولية شراباً وكغسول، كما أنه مطهر عام للجلد.

الذرة الشامية:-

فوائده:

مدر للبول ومفتت للحصى مطهر للمسالك البولية، ويعمل كمقوي

لعضلة القلب، وعلاج للجلطات ومغذي ومقوي عام للجسم.

السدر، النبق:-

فوائده:

مطهر عام للجلد، يعالج القروح والجروح المزمنة، ويقوي الشعر ويزيد من طوله ولمعانه، طارد للغازات بالمعدة وهو مقوي لها، ويساعد في عملية الهضم، ويعالج ألام القولون، مطهر للأمعاء وطارد للديدان بها، وخافض للحرارة، كما أنه علاج فعال في حالات السحر الأسود.

الزيزفون، التيليو:-

فوائده:

موسع للشعب الهوائية، مذيب للبلغم، مهدئ للسعال ومضاد لنزلات البرد والأنفلونزا، كما أنه مهدئ للمغص المعوي ويسكن ألام الروماتيزم والمفاصل، ويساعد في تنشيط الحالة الجنسية عند النساء، مطهر للجلد ويعالج القروح والجروح المزمنة دهانًا.

الحلبة:-

فوائده:

مدر للبن المرضعات، مدر للبول والطمث، مقوي عام للجسم ومسمن، مقوي للمدة الضعيفة، ويساعد في عملية الهضم وفاتح للشهية، محلل للأورام خاصة ورم الحمراء.

القمح:-

فوائده:

منشط للجهاز العصبي المركزي، منبه للمخ والذاكرة، مقوي عام للجسم، علاج للين العظام والهشاشة، مقوي للمعدة الضعيفة، ويساعد على عملية الهضم كما أنه مقوي للأعصاب والشعر والجلد، ومنشط جنسي قوي.

أملج:-

فوائده:

مقوي عام للجسم ويساعد في علاج النحافة مسمن ويزيد من الوزن للجسم، كما أنه يساعد في علاج الأنيميا بدرجة كبيرة، ويعمل كمطهر للمسالك البولية وعلاج لأمراض النساء من إلتهابات مهبلية.

طلح النخل:-

فوائده:

علاج فعال في تنشيط المبايض لدى المرأة وزيادة المني لدى الرجال، كما أنه مضاد للإسهال، خافض لضغط الدم المرتفع، مقوي للعظام ومضاد للهشاشة.

كبابة صيني:-

فوائده:

تساعد في تقوية المعدة الضعيفة، ويساعد في عملي الهضم وفاتح

للشهية، كما أنه طارد للبلغم ومدر للبول والطمث، ويعمل كمضاد لإلتهابات المسالك البولية ومقوي عام للجسم.

فلفل أسود:-

فوائده:

منبه للجهاز الهضمي ويساعد على سرعة الهضم وفاتح للشهية، ويساعد في علاج حالات الإنتفاخ والشعور بإمتلاء المعدة، كما أنه خافض للحرارة ومذيب للبلغم ويستعمل كمضاد لنزلات البرد والسعال ومقوي عام للجسم.

السعد، لسان الحمل:-

فوائده:

مضاد للفطريات والإلتهابات الجلدية والإكزيما، كما أنه يساعد في تسكين ألام الأذن بإستخدامه كنقط، ويعمل كمطهر قوي طارد للديدان وعلاج للدسنتاريا ومدر للبول والطمث ومطهر مهبلي.

اللوز الحلو:-

فوائده:

مضاد للسعال الجاف، مسكن لألام الصداع وألام الروماتيزم والعمود الفقري، يساعد على تليين الطبيعة، مفتح للسدر، باسط للعضلات.

حصا لبان، إكليل الجبل:-

فوائده:

مقوي عام للجسم ويساعد في تقوية الذاكرة والمخ، كما أنه يفيد الجهاز الهضمي والتنفسي ويستعمل كمقوي لعضلة القلب.

الورد البلدي:-

فوائده:

مفرح للقلوب، باسط للعضلات، مهدئ نفسي لحالات الأرق والإكتئاب، كما أنه يساعد في تسكين ألام الغضروف وألام الرأس، ويعمل على تقوية المعدة والكبد ومطهر للجلد.

حب الرشاد:-

فوائده:

موسع للشعب الهوائية ومذيب للبلغم، مدر للبول والطمث، كما أنه مضاد لنزلات البرد ومضاد لحساسية الجيوب الأنفية يساعد في تسكين ألام الرأس من صداع وألام الأذن والأسنان.

الكبريت النباتي:-

فوائده:

يساعد الكبريت في علاج الإلتهابات الجلدية المزمنة والقروح، ويعالج أيضًا الصدفية والبهاق الأبيض والأسود، كما أنه يزيل الكلف والنمش بالجلد.

جوزة الطيب:-

فوائده:

تساعد جوزة الطيب على تفتيح الشهية، كما أنها تساعد في سهولة عملية الهضم ومقوية لوظائف المعدة، كما أنها تطرد الرياح والغازات الموجودة بالمعدة وتستخدم كمضاد لألام الروماتيزم والمفاصل.

المرسين:-

فوائده:

مضاد للإسهال ومسكن للمغص المعوي ومطهر معوي واسع المجال، مسكن لألام الصداع، مقوي لبصيلات الشعر ومضاد للصلع المبكر، وإستخدام دهنه للشعر يزيد من طوله ونعومته.

حبة البركة، الشونيز، الحبة السوداء، الكمون الأسود:-

فوائده:

علاج لكل الأمراض النفسية والبدنية (راجع باب حبة البركة).

الريحان، الحبق، الحوك:-

فوائده:

مضاد للإسهال المزمن، الدوسنتاريا، طارد للغازات والرياح من البطن، مقوي للمعدة، ويساعد على عملية الهضم، موسع للشعب الهوائية وطارد

للبلغم ومهدئ للسعال، كما أنه مزيل لألام الصداع والروماتيزم والمفاصل، باسط للعضلات.

البردقوش، مرز نجوش، مردكوش:-

فوائده:

مضاد لنزلات البرد، يساعد على سهولة الهضم، فاتح للشهية، موسع للشهب الهوائية، مضاد للربو والسعال، علاج فعال لمرضى الاستسقاء وتصلب الشرايين، مدر للبول، مذيب للدهون، خافض لضغط الدم المرتفع.

الأرز:-

فوائده:

مضاد للإسهال، القيء، مغذي خاصة الأطفال وضعاف البنية، يقوي العظام وينبه المخ، يزيد التركيز الذهني ومقوي عام للجسم.

جينسنج، جنسه:-

فوائده:

منشط عام للجسم، منشط جنسي، مقوي لجهاز المناعة، منبه للمخ، ينشط وظائف الكبد والجهاز العصبي المركزي، مقوي لعضلة القلب والذاكرة يزيد من النشاط البدني للجنسين.

أفوكادو، كمثرى التمساح، إجاص:-

فوائده:

يساعد الأفوكادو على إزالة الأملاح الزائدة في الجسم، كما أنه علاج فعال لمرضى الخشونة المفصلية، باسط للعضلات، ويعمل على تقوية العظام خاصة في مرحلة الشيخوخة.

الشعير:-

فوائده:

منشط لوظائف الكلى، مدر للبول، مطهر للمسالك البولية، منشط لوظائف المعدة، يساعد في عملية الهضم مخفض لضغط الدم المرتفع، طبخ دقيق الشعير مفرح للقلب ومنشط للمخ.

السوسن، عرق الطيب:-

فوائده:

مدر للبن عند المرضعات، مضاد لنزلات البرد والأنفلونزا، مسكن لآلام الأسنان واللثة، مطهر لقرح الفم.

الحناء:-

فوائده:

مفتحة للسدر، علاج للجدري والجذام، مطهر للقرح والجروح المزمنة، مقوي لبصيلات الشعر، ومضاد للصلع المبكر دهانًا في حالات الأمراض

الجلدية المزمنة كالصدفية والبهاق، وعلاج فعال في حالات الأورام خاصة الحمراء.

العدس:-

فوائده:

منشط لوظائف المعدة ومقوي لها، يساعد على سهولة الهضم ومهدئ للمغص المعوي، يساعد على نمو العظام خاصة لدى الأطفال، يعالج الأنيميا والضعف العام للجسم.

حب العزيز، حب الزلم:-

فوائده:

مقوي ومنشط لوظائف الكبد، مقوي عام للجسم ومسمن لمرضى النحافة، مفيد للأطفال ضعاف البنية، منشط للأعصاب والذاكرة، منشط جنسي، يزيد السائل المنوي ويقوي الحيوانات المنوية.

الحبهان، حب هال:-

فوائده:

منشط لوظائف المعدة والكبد، يساعد في عملية الهضم، فاتح للشهية، ومضاد للقيء، مهدئ للأعصاب ومضاد للقلق والإكتئاب، يقوي الحالة الجنسية.

الكافور:-

فوائده:

مضاد للبكتريا والطفيليات، مهدئ للسعال الجاف، مذيب للبلغم، موسع للشعب الهوائية، مسكن لألام الروماتيزم والعمود الفقري، باسط للعضلات، مهدئ عصبي.

القرنفل:-

فوائده:

منشط لوظائف الجسم، منشط الجسم، منشط للذاكرة والأعصاب، مقوي جنسي، مهدئ لألام الأسنان واللثة، ومطهر للحنجرة وإلتهابات اللوز وطارد للبلغم ومهدئ للسعال.

المغات:-

فوائده:

مقوي عام للجسم، مسمن لمرضى النحافة، مقوي للسيدات بعد الولادة ومدر للبن، ينشط الأعصاب، مقوي جنسي فعال.

الأقحوان:-

فوائده:

منشط للأعصاب، مقوي جنسي فعال، موسع للشرايين، خافض لضغط الدم المرتفع، مدر للبول والطمث، مضاد للحموضة والقيء، مضاد للأورام السرطانية.

العصفر، قرطم بري:-

فوائده:

مطهر لقرح الفم والحنجرة وإلتهابات اللوز، مسكن للألام، وخافض الحرارة، مدر للبول والطمث، منشط لوظائف الكبد ومقوي له، مسكن للروماتيزم والمفاصل دهاناً، مهدئ الأعصاب، باسط العضلات.

الكراوية:-

فوائده:

مهدئ للمغص المعوي، طارد للغازات، منشط لوظائف المعدة، يساعد على الهضم، فاتح للشهية، مقوي للأطفال الرضع، مضاد للقيء، يدر اللبن للمرضعات، مطهر للإلتهابات المهبلية والمسالك البولية.

السنامكي:-

فوائده:

مطهر للمعدة والأمعاء، أهم علاج للإمساك المزمن، طارد للديدان، مسكن للصداع وألام الرأس.

عرق الذهب:-

فوائده:

مقوي عام خاصة لمرضى الأنيميا، منشط للجهاز العصبي المركزي، منشط للذاكرة، مقوي جنسي فعال.

الفول السوداني:-

فوائده:

منشط عام للجسم، مسمن لمرضى النحافة ومغذي للكبار والأطفال، مدر للبن المرضعات، يفيد الأطفال بعد طحنه وإضافة لبن بقري له، ويستخدم كفاتح للشهية ومقوي عام ويفيد في حالات لين العظام والأنيميا.

الشيح البلدي:-

فوائده:

من أهم العلاجات المفيدة في حالات الديدان المعوية، فيستعمل كطارد للديدان ومطهر معوي وطارد للغازات والرياح من البطن والأمعاء، يسكن ألام القولون ويساعد على تنظيم وظائف المعدة والأمعاء، رائحته طاردة للثعابين والزواحف من الأماكن.

النعناع:-

فوائده:

مضاد للإنتفاخ وطارد للغازات مهدئ للمغص المعوي ومهدئ عصبي، يساعد على الإسترخاء والنوم خاصة للأطفال الرضع، مهدئ فعال لمرضى القولون العصبي وموسع للشرايين.



فصل
في التركيبات السرية
لعلاج الأمراض المستعصية

● **أدوية علاجات الرأس:**

● **الشعر:-**

وهو من ممتلكات الحُسن والجمال التي يمتلكها الإنسان، وقد يصيب الشعر بعض الأمراض فيفقد بريقه ولمعانه وطوله، ويبدأ في التساقط.

● **أهم أسباب تساقط الشعر:-**

* بعض الأدوية التي يكون من أعراضها الجانبية تساقط الشعر.

* تعب نفسي يصيب المريض فيؤثر على الحالة النفسية للمريض ويسبب تساقط الشعر.

* نقص في بعض الفيتامينات والأملاح المعدنية والتي يكون فيها الجسم بحاجة لها دون شعور من المريض وعلى لا بتعاطها عن طريق الطعام والشراب.

* قشرة الشعر، ومن أهم الأعشاب والبناتات الطبية التي تعمل على تقوية بصيلات الشعر وعلاج أمراضه بما فيها قشر الشعر.

● **العلاج:**

* شراب كوب من عصير الجرجير والفجل والجزر يوميًا في أي وقت ولمدة شهر على أن تكون هذه العناصر طازجة.

* زيت صبّار نقي ٥٠ مللي، زيت جرجير نقي ٥٠ مللي، زيت زيتون نقي ١٠٠ مللي. يوضع الكل في زجاجة ويرج جيداً عند كل إستخدام، ويدهن به الشعر ويدلك جيداً مرة يوميًا... يعمل على تقوية بصيلات الشعر، والقضاء على قشرة الشعر.

* راس ثوم مهروسة + لمونة تهرس، الثومة ويعجن بعد تقشيره بليمونة وتدللك بها فروة الشعر جيداً مرة مساءاً وتترك حتى الصباح لمدة ثلاث أيام.

تعمل على:-

القضاء على قشرة الشعر وعلاج البثور بفروة الرأس وعلى إنبات الشعرالمتساقط، من إثر بعض الأمراض مثل الثعلبة، وينشط الدورة الدموية.

المكونات: ١٠٠ جرام حناء + ٥٠ مللي عصير ليمون خام + ٢٠٠ مللي ماء + ٣٠ جرام عسل نحل.

● **طريقة الإستعمال:**

يقلب الكل جيداً ويدهن بهم الشعر مع التدليك الجيد لفروة الشعر، تترك ٧ ساعات فأكثر على الرأس، وتكن كل ثلاث أسابيع.

تعمل على:

عدم تساقط الشعر، القضاء على القشرة نهائيًّا، تنعم الشعر وتزيد من طوله ولمعانه.

المكونات: ٢٥ جرام أوراق مرسين مطحونة + ١٥٠ جرام زيت زيتون.

● **طريقة الإستعمال:**

يضافو إلى بعض وتوضع على نار هادئة حتى تستوي الأعشاب في الزيت ثم تصفى، ويدهن المريض من الزيت ثلاث مرات يوميًّا مع التدليك الجيد لفروة الرأس.

المكونات: ١٠ جرام بذور فجل + ١٠ جرام بذر جزر + ٣٠ جرام بذر جرجير + ١٠ جرام بذر كرات + ٥٠ جرام حبة البركة.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً، ويؤخذ ٥ جرام (ملعقة صغيرة) مع ملعقتين عسل نحل يوميًّا كل صباح ولمدة شهر.

* **علاج لتسويد الشعر:**

المكونات: ١٠٠ جرام مطحون حنظلة + ٢٥ زرنيخ + ٢٥ جرام حناء.

● **طريقة الإستعمال:**

يعجن الكل جيداً ويدهن منهم الشعر مع التدليك وتترك التركيبة على الرأس ٧ ساعات ثم يغسل الشعر بماء دافئ ويكرر العلاج كل ثلاث شهور.

* **علاج فعال لتطويل الشعر :**

المكونات : ١٠٠ جـرام زيت بذر العنب + ١٠٠ جـرام زيت بذر القـرع + ٥٠ جـرام زيت بذر البندق + ٥٠ جرام زيـت بذر المشمش + ٥٠ جـرام زيت بذر الخروع + ٥٠ جرام زيت أرقاطيون + ١٥٠ جرام زيت الشبت .

● **طريقة الإستعمال:**

يخلط جيـداً ويدهن منه الشعر مرة يوميًا علاج للقـضاء على القـشرة وتنعيم الشعر ومنع تساقطه نهائيًا .

المكونات : ٥٠ جرام زيـت صبـار + ٥٠ جـرام زيت جـرجيـر + ٥٠ جـرام زيت خروع + ١٠٠ جرام زيت الزيتون +٥٠ جرام زيت لوز .

● **طريقة الإستعمال:**

يخلط الكـل جيـداً ويرج قبل الإسـتـخدام يدهن به الشعـر وتدلك فروة الرأس جيـداً لمدة ١٠ دقائق وقبل إستخدام الزيت يغسل الشعر بماء ساخن ويدلك ثم ينشف ويدلك الزيت مرة يوميًا مساءاً لمدة ٦ : ١٠ ساعات .



● **أدوية علاجات الوجه:**

المكونات: ١٥ جرام زيت صبار + ١٥ جرام جلسرين + ٦٠ جرام فازلين طبي.

● **طريقة الإستعمال:**

خلط الكل جيداً ويقلب لفترة طويلة، يدهن به الوجه والرقبة يوميًّا مساءً.

المكونات: ٢٠ جرام زيت زيتون + ٤٠ جرام عسل نحل + ١٠ جرام عصير ليمون خام + ١٠ جرام حبة البركة.

● **طريقة الإستعمال:**

يخلط الكل جيداً سويًّا ويدهن منه الوجه والرقبة مع التدليك الخفيف لأماكن البقع السوداء والنمش، ويترك على الوجه ٣٠ دقيقة، ثم يشطف بماء بارد، ويفضل غسل الوجه بماء دافئ قبل الدهان.

* **دهان لتقوية وتطويل الرموش:**

المكونات: ٥٠ جرام عسل نحل + ٣٠ جرام زيت صبار.

● **طريقة الإستعمال:**

يخلط الإثنين جيداً ويدهن منهم الرموش صباحًا ومساءً ولمدة شهر.

* **علاج للوجه من أثر الجدري والكلف والنمش:**

المكونات: ٥٠ جرام بذر فجل + ٢٥ جرام مصطكى + ٢٥٠ جرام زيت زيتون.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن جيداً ويوضع في زيت الزيتون وتوضع على نار هادئة حتى تستوي، ثم تصفى ويدهن منها الوجه والأماكن المصابة في أي جزء من الجسم مع التدليك الخفيف صباحًا ومساءً حتى تزول أعراض المرض بإذن الله -تعالى-.

* **علاج لحب الشباب:**

المكونات: ١٠٠ جرام نواة تمر + ٥٠ جرام صبر + ٥٠ جرام مر + ٧٥ جرام صفار بيض.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل ويخلط مع البيض وتدهن به الأماكن المصابة مع التدليك وتترك لمدة ساعة، ثم يشطف الوجه جيداً بماء دافئ ولمدة ٤٠ يوم وكذلك باقي أنحاء الجسم.

* **علاج لثقل اللسان والتلجلج في الكلام:**

المكونات: ١٠٠ جرام عرق إيكرا + ١٠٠ جرام قرنفل مغلي + ١٠جرام ماء.

● **طريقة الإستعمال:**

يخلط مطحون عرق إيكرا مع مطحون القرنفل على كوب ماء وعمل مضمضة منه ٦ مرات يوميًا.

*** علاج لزوال الرائحة الكريهة من الفم:**

المكونات: ١٠٠ جرام جوز الطيب مطحون + ٣٠ جرام مصطكى مطحونة.

● طريقة الإستعمال:

يضاف العناصر إلى ٢٠ جرام زيت زيتون ويشرب منها ملعقة كبيرة قبل النوم وقبل الإفطار.

*** علاج العطش الشديد:**

مخلوط عصير العرقسوس والتمر الهندي مع ملعقة صغيرة كمون ويشرب منها الفرد كوب يوميًا بعد الإفطار.

*** علاج لنزيف الأنف (الرعاف):**

مطحون قشر البيض مخلوط بدهن الكبريت الغذائي ويستنشقه المريض عدة مرات يوميًا يشفى بإذن الله.

*** علاج لحب الشباب ولأصحاب البشرة الحساسة:**

المكونات: ٥ جرام زيت زيتون + ٥ جرام زيت حبة البركة + ٥ جرام زيت صبار.

● طريقة الإستعمال:

يخلط الكل جيداً ويدهن الوجه كل ١٢ ساعة مع ترك الدهان على الوجه مدة ١٥ دقيقة، ثم يشطف بماء دافئ ويفضل غسل الوجه قبل الدهان

مع التدليك بماء ساخن وتستمر فترة العلاج أسبوعين متتاليين.

* **علاج لتنعيم البشرة:**

المكونات: جلسرين ٢٥ جرام + ٢٥ جرام صبار + ١٠٠ جرام فازلين طبي.

● **طريقة الإستعمال:**

يخلط الكل جيداً ويدهن به الوجه وباقي أنحاء الجسم والشعر والرأس أيضًا مرة يوميًا.



● **أدوية علاج وتقوية النظر وإلتهابات العيون:**

* عمل كحل العين كل شهرة مرة، يقوي البصر ويزيل إلتهابات العين.

* تقطير بعسل النحل في العين بنسبة ثلاث نقط في كل عين مرة قبل النوم يحد من البصر ويزيل إحمرار العين.

* الإكتحال بزيت الزيتون يحد البصر ويعالج الغشاوة البيضاء.

* تقمح كفًّا من حبة البركة صباحًا وعمل دهان من زيت حبة البركة حول العين يحد البصر ويقوي أعصاب العين.

* الكحل الأسود يعالج الدمامل وإلتهابات العين

* عصير البصل مع عسل النحل يعالج الماء الأبيض في العين.

* طرفة العين نتيحة خبطة في العين تؤدي إلى تمزق في الشعيرات الدموية وعلاجها تقطير بدهن الورد في العين.

* * *

● **أدوية علاج أمراض الأذن:**

* **الطرش**: من أمراض الأذن وهو من أسباب كبر السن، أو طرش عارض في مرحلة معينة في مراحل العمر، أما الصمم فهو خلقي، أم ضعف السمع لدى الأطفال أو في مراحل السن المتأخرة فله أسباب وهي ضعف العصب السمعي ولك العلاجات الآتية:

(١) دهان دهن الورد حول الأذن ومع التقطير في الأذن بدهن الورد وزيت الينسون بنسب متساوية ثلاث مرات يوميًّا مفيد في حالات الطرش العارض في أي مرحلة من مراحل العمر.

(٢) التقطير في الأذن المصابة بضعف السمع بعصير البصل وعسل النحل يقوي العصب السمعي.

(٣) عمل نقط من زيت حبة البركة، زيت الزيتون، زيت الخروع، وزيت المشمش ثلاث مرات يوميًّا بمعدل ثلاث نقط في كل أذن مع دس قطنة في الأذن مبللة مع النقط عند النوم ونزعها صباحًا في نفس مكان النوم ولا يتعرض المريض لتيارات الهواء كل هذا مفيد لعلاج الصمم العارض.

(٤) تناول كف من حبة البركة صباحًا ومساءً مع عسل النحل، وتنقيط الأذن بزيت حبة البركة مع عسل نحل وزيت الزيتون يزيل ألام وإلتهابات الأذن وطبقة الشمع ويفيد في حالات الدوخة الناتجة من إلتهابات الأذن.

(٥) شراب كوب من مغلي حبة البركة، القرنفل، قشر الرمان، مطحون بذور المشمش والخوخ والينسون بنسب متساوية صباحًا ومساءً مع دهان

الأذن من الخارج والداخل بزيت النعناع مع حبة البركة يقوي العصب السمعي ويزيل الإلتهابات.



● **أدوية علاج لتنبيه المخ:**

(١) **المكونات**: ١٠٠ جرام زبيب + ٣٠ جرام قرفة + ١٠ جرام جنسج + ٧ حبات تمر.

● **طريقة الإستعمال:**

يدق الكل جيداً ويضاف إليهم ٥ جرام غذاء ملكات النحل + ٢١ كوب عسل نحل منزوع الرغوة، ويؤكل منها ملعقة كبيرة صباحًا وأخرى مساءًا.

(٢) **المكونات**: ١٠٠ جرام قرنفل + ١٠٠ جرام لبان دكر + ٢٠٠ جرام سكر نبات.

● **طريقة الإستعمال:**

نطحن الكل جيداً والجرعة ملعقة صغيرة صباحًا وأخرى مساءًا لمدة شهر.

(٣) إستنشاق عطور الليمون والياسمين بإستمرار يساعد على تنشيط موجة بيتا التي تعمل على تنبيه المخ.

(٤) الإكثار من تناول الخضروات الجرجير، الفجل، الملوخية، السبانخ، الخس، القلقاس، والفواكه مثل التفاح، الموز، التين، البلح بأنواعه... وشراب اللبن محلى بعسل النحل والعسل الأسود والخروب واللبن الرايب.



● أدوية علاج الصداع:

* **للصداع**: أنواع وأسباب مختلفة، ووصفه ألم في الرأس قد يصاحبه سخونة وإحمرار في الوجه أو ألم في إحدى شقي الرأس وألم في الجبهة وينزل على العين وأيضًا ألم خلف الرأس ويصاحبه ألم بالرقبة في الخلف.

* **ولمعرفة العلاج الصحيح للصداع لابد من معرفة الأسباب التي أدت لوجوده، منها:-**

(١) إرتفاع في ضغط الدم ويكون الصداع في منتصف الرأس مع وجود حرارة شديدة منها.

* **علاجه**: يسرع المريض بتناول دوائه وإن كان لأول مرة وعرف أن ضغط دمه مرتفع، فعليه أن يشرب كوبين من عصير العناب البارد وبلع ثلاث فصوص ثوم، بعد تقطيمه ويكرر العلاج كل ٨ ساعات.

(٢) قد يكون بسبب إنخفاض في ضغط الدم ويكون الصداع في الجبهة والعين مع وجود دوار وهبوط.

* **علاجه**: أن يسرع المريض بتناول أي مشروب مالح من عصير المانجو، أو يتناول ربع ملعقة ملح طعام، ويستلقي على الأرض ويرفع قدمه نصف متر حتى يتدفق الدم إلى الرأس ويعمل على تنشيط الدورة الدموية.

(٣) قد يكون الصداع نصفي بسبب وجود حساسية بالجيوب الأنفية.

* **علاجه**: أن يتناول المريض علاج الجيوب الأنفية فيزول الصداع بإذن الله -تعالى- وقد ذكر علاج الجيوب الأنفية ضمن أدوية البرد.

(٤) قد يكون الصداع ناتج من الإمساك وهو عدم وجود شكوى مما سبقت ذكره فنسأل المريض هل يوجد إمساك فيجيب: نعم وهنا الصلة، فعليه الآتي:

* **علاجه**: أن يتناول كوب من مغلي أوراق السنامكي كل ١٢ ساعة فينزل الإمساك بإذن الله -تعالى- فيزول الصداع.

(٥) هناك صداع سببه الإرهاق الناتج من عدم النوم وعدم الإنتظام في الوجبات الغذائية بمواعيد والتعرض لإشعة الشمس فترة طويلة أو الجلوس أمام المروحة فترة طويلة وتكون مسلطة على الرأس فكل هذا خطأ عمله. (راجع باب الوقاية خير من العلاج).

(٦) علاج الصداع النصفي أيضاً شراب نصف كوب عصير بصل محلى بعسل النحل.

● **الأدوية المفيدة في حالات الصداع والإرهاق الذهني والبدني عليك تناول الآتي:-**

(أ) شراب كوب من مغلي الينسون والنعناع الجاف مقدار ملعقة كبيرة للعشبين في كوب ماء كبير، ثم يصفى ويشرب صباحاً وقبل النوم بساعة.

(ب) يتناول كف من حبة البركة وجبة مع الإفطار يوميًا ولمدة شهر بنية الوقاية من الأمراض -يهبك الله ما تشاء إن شاء الله -تعالى-.

(جـ) تناول التلبية صباحاً مفيد في حالات الصداع ومفرح للقلب ويزيد من النشاط الذهني والبدني.

(د) تناول الفجل والجرجير والبصل يوميًّا مفيد للجسم عامة ولأمراض الرأس خاصة.

(و) تناول ملعقتين من زيت الزيتون مع ملعقتين عسل نحل قبل الغذاء مفيد لجميع أجهزة الجسم.

(هـ) عمل دهان من زيت النعناع وزيت حبة البركة مخلطان ببعض على الجبهة والرأس والرقبة يزيل الصداع وألام الرأس والرقبة بإذن الله -تعالى-.



● **أدوية علاج ألام الأسنان:**

(١) يستخدم مغلي القرنفل كمضمضة كل ساعة لوجع اللثة والأسنان.

(٢) إستخدام مغلي الكمون والزعتر كمضمضة لألام الأسنان.

(٣) إستخدام مطحون الثوم مع القرنفل ووضعها على أماكن الألم.

(٤) عمل دهان من زيت الينسون والقرنفل والكافور على أماكن الألم في اللثة والأسنان واللسان أيضًا.

(٥) عمل دهان زيت الكافور على أماكن القرح يسكن ألامها فوراً.

(٦) عمل غرغرة من عسل النحل يعمل على علاج إلتهابات الفم والأسنان.

(٧) عمل غرغرة من عسل النحل وزيت حبة البركة مع تقمح كفًّا من حبة البركة صباحًا ومساءاً تستخدم في حالات إلتهابات الفم والحنجرة.

(٨) إستعمال السواك بإستمرار وإنتظام يطهر الفم والأسنان واللثة ويقي من الأمراض.

(٩) ملعقة عسل نحل + ٢ ملعقة زيت زيتون تشرب على الريق وقبل النوم يساعد على إزالة الرائحة الكريهة من الفم.

(١٠) مغلي القرنفل مع حبة البركة على نار هادئة وإستنشاق البخار الناتج من الغلي، ثم يشرب ملعقة كبيرة ثلاث مرات من المغلي مفيد لإزالة الرائحة الكريهة من الفم، ويطهر المعدة.

(١١) يطحن القرنفل مع الينسون وحبة البركة جيداً - حتى يصيروا

بودرة ناعمة ثم تؤخذ بسواك جيد ولين وتستخدم التركيبة كمعجون للأسنان واللثة صباحًا ومساءً... يعالج ألام اللثة والأسنان ويزيل الرائحة الكريهة في الفم.



● أدوية لعلاج نزلات البرد والسعال وحساسية الصدر:

(١) علاج لحساسية الصدر والسعال الحاد:

* **التركيبة:** ٥٠ جرام لبان ذكر + ٥٠ جرام حبة البركة + ٧٥ جرام ينسون + ٢٥ جرام زنجبيل + ١٥٠ جرام أوراق جوافه + ٧٥ جرام تيليو.

● طريقة الإستعمال:

تطحن المكونات جيداً ويؤخذ منها ١٠ جرام (ملعقة كبيرة) وتغلى في مللي ماء (كوب) ثم تصفى ويشرب منها كوب صباحًا ومساءً ويمكن تحليته بعسل النحل، وفي حالات إلتهابات اللوزتين والحنجرة يشرب ٥٠ جرام من عصير البصل يوميًا لمدة ٧ أيام مع تناول العلاج السابق ذكره.

(٢) علاج لنزلات البرد والأنفلونزا للكبار والأطفال من عمر عام:

* **الجرعة للكبار:** ١٥ جرام مغلي في كوب ماء كل ٨ ساعات.

* **الجرعة للأطفال:** ٥ جرام مغلي في كوب ماء كل ٨ ساعات.

* **التركيبة:** ٥٠ جرام قرفة + ٥٠ جرام تيليو + ٢٥ جرام زعتر + ١٠٠ جرام ينسون + ٢٥ جرام بذر جزر + ٢٥ جرام بذر جرجير.

● طريقة الإستعمال:

تطحن جيداً ويضاف إلى الكوب ملعقة عسل نحل أو عسل أسمر.

(٣) علاج لحساسية الصدر والربو :

* **المكونات :** ٥٠ جرام كروايه + ٧٥ جرام لبان ذكر + ٥٠ جرام قرنفل + ٧٥ جرام حبة البركة .

● طريقة الإستعمال:

يطحن الكل جيداً ويؤخذ ١٠ جرام تغلى في ٢٠٠ مللي ماء جيداً ثم تصفى ويضاف إليها ٢٠ جرام عسل نحل + ١٠ جرام زيت زيتون (ملعقة كبيرة) وتشرب على الريق وقبل النوم لمدة شهر إلى شهرين، ومن المفيد من هذه التركيبة العلاجية عمل الحجامة أيضًا في نفس وقت تعاطي العلاج وعلى فترات متقاربة .

(٤) علاج لحساسية الصدر والربو الشعبي :

* **المكونات :** ١٥ جرام زيت زيتون + ٥٠ جرام زيت حبة البركة + ٥٠ جرام زيت قرنفل + ٥٠ جرام زيت نعناع .

● طريقة الإستعمال:

تخلط الزيوت مع بعضها البعض، يدهن منها المريض على منطقة الصدر والظهر ثلاث مرات يوميًا لمدة شهر مع إستخدام التركيبة رقم (١) .

(٥) علاج مهدأ للكحة ومذيب للبلغم :

* **المكونات :** ٥٠ جرام عرقسوس + ٥٠ جرام كراويا + ١٥ جرام مصطكى + ١٠٠ جرام قمح + ٥٠ جرام لبان ذكر .

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً ويؤخذ ملعقة كبيرة تغلى في كوب ماء ثم تصفى ويشرب منها كوب قبل النوم وقبل الإفطار.

(٦) علاج للربو وحساسية الصدر والسعال الحاد:

* **المكونات:** ثلاث فصوص ثوم + عصير بصل.

● **طريقة الإستعمال:**

أُقسم فصوص الثوم نصفين وأبلعهم بالماء مرة كل يوم، مع عمل لبخة من عصير البصل وتلفه على منطقة الصدر وتغطيته بقطعة قماش وتركها ليلة كاملة لمدة أسبوع، ويفضل إستخدام هذا العلاج على التركيبة رقم (١).

(٧) علاجات لضيق التنفس والسعال:

(أ) شراب كوب من الحلبة مضاف إليه ٣٠ جرام عسل نحل يوميًا ولمدة شهر.

(ب) ٢٠ جرام ثوم مهروس ومعجون بعسل النحل ويؤخذ يوميًا لمدة أسبوع.

(جـ) كوب مكون من ٢٥ جرام عسل نحل + ٥٠ جرام عصير بصل صباحًا على الريق لمدة شهر.

(د) كوب ماء مضاف إليه ٢٥ جرام عسل نحل ويقلب جيداً ويشرب على الريق لمدة شهر.

* **المكونات:** ١٠ جرام صبارخام + ٣٠ جرام زيت حبة البركة + ٣٠ جرام

زيت زيتون + ١٥٠ جرام عسل نحل.

● **طريقة الإستعمال:**

يخلط الكل جيداً ويوضع في برطمان زجاج في الثلاجة، يؤخذ منها ملعقة كبيرة قبل الإفطار وقبل النوم لمدة شهر ويستعمل كدهان رقم (٤) مع هذه التركيبة.

(هـ) يشرب كوب كبير من الينسون المغلي مضاف إليه عصير ليمون خام.

(٨) علاج للسعال الحاد وألام الجهاز التنفسي:

* **المكونات:** كوب مكون من ٥٠ جرام من عسل النحل + ١٠ جرام من زيت حبة البركة + ٧ فصوص ثوم مهروس جيداً + نصف ملعقة صغيرة من بذر الفجل المطحون.

● **طريقة الإستعمال:**

يسخن الكل على نار هادئة، ثم يشرب صباحاً ومساءاً لمدة ٧ أيام – يبرأ بإذن الله –تعالى–.



● **العلاجات العشبية المختلفة للروماتيزم والروماتيد وألام المفاصل وتيبس العضلات:**

* **ملحوظة هامة:**

لابد قبل إستخدام أي عقار لعلاج الأمراض الروماتيزمية من عمل تسخين للجسم، وذلك بوضع القدمين في إناء ماء ساخن لرفع درجة الجسم ثم بعد ذلك يبدأ المريض بتناول العلاج سواء دهان أو شراب وينصح لمريض الروماتيزم والغضروف بالإبتعاد عن تناول الموالح في المأكولات والمشروبات.

(١) علاج لألام المفاصل والعمود الفقري:

* **المكونات:** ١٠٠ جرام زيت زيتون + ٥٠ جرام زيت حبة البركة + ٥٠ جرام زيت قرنفل.

● **طريقة الإستعمال:**

يخلط الكل جيداً ويستعمل كدهان على أماكن الألم ثلاث مرات يوميًّا مع التدليك الخفيف، ويشرب من التركيبة ملعقة كبيرة قبل النوم يوميًّا لمدة شهر.

* **المكونات:** ٥٠ جرام لبان ذكر + ٣٠ جرام قرفة + ٣٠ جرام عرق جناح + ٥٠ جرام حبة البركة + ٢٥ جرام كبابة صيني.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً ويحفظ في برطمان زجاجي ويؤخذ منه ١٠ جرام

(ملعقة كبيرة) وتغلى في كوب ماء ثم تصفى ويضاف إليه ٢٠ جرام عسل نحل + ١٠ جرام زيت زيتون، وتشرب صباحًا وقبل النوم ولمدة أسبوعين.

(٢) علاج للخشونة:

* **المكونات:** ٢٠ جرام دهن ورد + ٢٠ جرام مسك سائل + ٤٠ جرام دهن بنفسج.

● طريقة الإستعمال:

يخلط الكل جيداً وترج الزجاجة جيداً قبل كل إستخدام مع تسخين التركيبة على نار هادئة، ورفع درجة حرارة الجسم قبل العلاج وقد سبق ذكره... ويتم عمل دهان لأماكن الألم ثلاث مرات يوميًا مع التدليك وشراب ملعقة كبيرة زيت زيتون وملعقة صغيرة زيت حبة البركة صباحًا ومساءًا يوميًا ويستمر هذا العلاج لمدة خمسة عشر يومًا.

(٣) علاج لألام الظهر والمفاصل:

* **المكونات:** (أ) ٢٠ جرام عسل نحل + ١٠ جرام زيت زيتون + ١٠ جرام حبة البركة يوميًا لمدة أسبوعين صباحًا ومساءًا ويخلط ويشرب كوب منه.

(ب) تناول ثلاث فصوص ثوم بعد تقطيعه يوميًا لمدة أسبوع.

(جـ) شراب كوب من الحلبة مضاف إليه ٢٠ جرام من عسل النحل لمدة أسبوع.

(د) عمل لبخة من أوراق النعناع المهروس والترمس المهروس على مكان الألم ليلة كاملة لمدة أسبوع.

(هـ) شراب كوب لبان ذكر مغلي بعد تصفيته وإضافة ملعقة زيت زيتون وملعقة عسل نحل له صباحًا لمدة ١٠ أيام.

(و) ٣ جرام زنجبيل + ٣ جرام كبابة صيني مطحونة نغلي الإثنين معًا في كوب ماء ثم تصفى وتشرب بعسل النحل كل مساءً لمدة أسبوع. ولا ننسى أن الشفاء من عند الله –عز وجل شأنه–.

* * *

● **علاج آلام الظهر والمفاصل والغضاريف:**

(١) عمل لبخة من أوراق الكرنب والبقدونس والجرجير على أماكن الألم مع التدليك وتركها ليلة كاملة ولمدة أسبوع تزيل الألم بإذن الله.

(٢) شراب كوب ماء مضاف إليه ثلاث ملاعق عسل نحل وملعقتين زيت حبة البركة + ملعقتين زيت زيتون صباحًا ومساءًا. هذه التركيبة من أفيد الأدوية المركبة في حالات إلتهابات المفاصل والظهر.

* **المكونات:** جرام حبة البركة + ٢٥ جرام زيت النعناع + ٢٥ جرام زيت الينسون + ٥٠ جرام زيت القرنفل + ٥٠ جرام زيت الزيتون.

● **طريقة الإستعمال:**

يوضع الكل في زجاجة وترج جيداً ويدهن منها المريض على أماكن الألم ثلاث مرات يوميًا ثم تسخن في كل مرة مع التدليك الخفيف.

* **ملحوظة:** (يفضل عمل كمادات ماء ساخن على أماكن الألم قبل تناول العلاج).

* **علاج لآلام المفاصل:**

* **المكونات:** ٢٥ جرام دهن الورد + ١٠٠ جرام زيت الزيتون + ٢٥ جرام زيت كافور + ١٠٠ جرام زيت حبة البركة + ٢٥ جرام زيت ياسمين.

● **طريقة الإستعمال:**

يخلط الكل جيداً ويدهن منه أماكن الألم مع التدليك الخفيف لفترة

ثلاث مرات يوميًّا مع عمل كمادات ساخنة على أماكن الألم قبل إستخدام العلاج.

* **علاج لألام المفاصل والعمود الفقري:**

* **المكونات:** ٥٠ جرام مصطكى + ٥٠ جرام لبان ذكر + ١٠٠ جرام حبة البركة.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً ويغلى في زيت الزيتون ثم يصفى ويدهن منه المريض ثلاث مرات يوميًّا إلى أن يبرأ بإذن الله -عز وجل-.

* **علاج الدوالي بالساقين:**

(١) تدلك أماكن الدوالي بالحنظل بعد غليه.

(٢) عمل لبخة من الحناء مع مطحون العدس ثم إضافة خل تفاح لهما وتوضع على أماكن إصابة الدوالي ليلة كاملة ولمدة عشرة أيام.

* **المكونات:** زيت نعناع، ينسون، الورد، الريحان، حبة البركة، الزيتون، تؤخذ من هذه المكونات بنسب متساوية.

● **طريقة الإستعمال:**

يدهن منه المريض على أماكن الدوالي ثلاث مرات يوميًّا مع التدليك الطويل لمدة شهر.

*** علاج لألام الكعبين:**

ألام الكعبين أصبحت من الشكاوى المزمنة التي تصيب كثير من الناس، وقد يكون السبب في ألام الكعبين، إما من إلتهابات الأعصاب أو مرض النقرس الشائع بين كل الشعب.

* **بالنسبة لعلاج النقرس**: ننصح بشرب ثلاث أكواب ماء على الريق يوميًا وقبل الإفطار بساعة، والبعد عن اللحوم الحمراء والبقوليات وكل الموالح كالطماطم، التفاح، المانجو.

* **العلاج: المكونات**: ١٥٠ جرام حبة البركة + ١٥٠ جرام خلة بري + ٥٠ جرام حلفا بر + ٥٠ جرام ينسون + ٢٥ جرام قرنفل.

● طريقة الإستعمال:

يطحن الكل جيداً، ويغلى مقدار ملعقة كبيرة في كوب ماء كبيرة ثم تصفى وتحلى بعسل نحل أو من غير وتشرب كوب كل ٨ ساعات لمدة أسبوعين.

*** علاج إلتهاب الأعصاب:**

* **المكونات**: ٥٠ جرام لبان ذكر + ٢٥ جرام كبابة صيني + ١٠٠ جرام قرفة + ٢٥٠ جرام سكر نبات.

● طريقة الإستعمال:

يطحن الكل جيداً ويؤخذ منها ملعقة كبيرة تغلى في ٢٠٠ مللي ماء

(كوب) ثم تصفى وتشرب منها صباحًا ومساءً لمدة شهر. (راجع فصل تقوية الأعصاب).

* **علاج لألام عرق النسا :**

* **المكونات :** ١٠٠ جرام لبانة مغربية.

● **طريقة الإستعمال:**

تطحن جيداً وتغلى في ٢٠٠ جرام زيت طيب لمدة ٥ دقائق ثم توضع في زجاجة، ويدهن منها المريض ثلاث مرات يوميًا مع التدليك لمدة شهر.

* **علاج فعال لجميع ألام الجسم العظمية والمفصلية والغضاريف :**

* **المكونات :** جرام زيت حبة البركة + ٢٥ جرام مستكة مطحونة + ٥٠ جرام لبان ذكر مطحون + ٢٠٠ جرام زيت طيب + ٥٠ جرام شمع عسل.

● **طريقة الإستعمال:**

يوضع الكل على نار لينة وتقلب بإستمرار حتى تتماسك التركيبة وتصبح كالمرهم ثم تحفظ في برطمان ويدهن منها المريض أربع مرات يوميًا على مكان الألم ولمدة شهر مع التدليك الخفيف.

* * *

● علاج الديدان المعوية:

الديدان لها أنواع كثيرة وأسبابها كثيرة، البلاغم السوادوية داخل المعدة والأمعاء نتيجة لمضغ غذاء ناقص الهضم أو تناول مأكولات فاسدة.

* **وعلامات الإصابة بالديدان كالتالي**: تظهر من كثرة الميل للنوم والدوخة والصداع، سيلان اللعاب أثناء النوم، جفاف الحلق، إصفرار لون الجلد، كثرة المغص المعدي وألام بفم المعدة، حكة في فتحة الشرج قد تظهر الديدان منها.

* **العلاج (ملحوظة هامة)**: تغلى الملابس والفرشة جيداً بالماء الساخن وعلى كل أفراد الأسرة تعاطي العلاج نفسه الذي يتناوله المريض لأن الديدان معدية.

(١) تناول ثلاث فصوص ثوم مهروس كل ١٢ ساعة.

(٢) شراب كوب عصير البصل صباحًا وأخر مساءاً لمدة أسبوع يقضي على الديدان المعوية فوراً بإذن الله -تعالى-.

(٣) تناول كف من الحبة السوداء صباحًا وأخر مساءاً لمدة أسبوع مع شراب كوب ماء به ثلاث ملاعق عسل نحل.

(٤) تركيبة فعالة لطرد الديدان من المعدة والأمعاء.

* **المكونات**: جرام حبة البركة + ٢٠ جرام شيح بابونج + ٢٠ جرام كسبرة ناشفة.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً يستف المريض ملعقة كبيرة من المركب مع فصين ثوم مرة صباحًا وأخرى مساءاً لمدة أسبوع وهذه التركيبة للأطفال والكبار.

(٥) شراب كوب لبن مضاف إليه ثلاث فصوص ثوم وملعقتين عسل نحل + ملعقة زيت زيتون مرة قبل النوم لمدة ١٠ أيام.

(٦) شراب كوب من مغلي أوراق السنامكي مرة يوميًا لمدة أسبوع مع أي علاج سبق ذكره.

(٧) أكل الخوخ، التين، الجزر، المشمس، التوت يساعد على طرد الديدان من المعدة.

❋ ❋ ❋

● علاج الإسهال والإمساك:

* **الإسهال**: هو حالة إستفراغ للبطن وقديكون طبيعيًّا بسبب أكل معين وشراب معين، وقد يصاحبه دم في هذه الحالة تكون حالة دوسنتاريا.

* **العلاج**:

(١) مغلي الينسون، الرجلة جيداً ثم تصفى وتشرب كوب صباحًا ومساءًا.

(٢) المداومة على أكل الحمص والترمس المر.

(٣) مغلي كوب من شراب الشعير والكسبرة صباحًا ومساءًا.

(٤) شراب البن يمسك البطن خاصة وإن عصر عليه ليمون.

* **علاج الإمساك**:

(١) شراب ٢ ملعقة زيت زيتون كل ٨ ساعات.

(٢) شراب كوب من مغلي أوراق السنامكي قبل النوم يوميًّا لمدة أسبوع.

(٣) أكل الموز والزبادي وشراب اللبن المثلج.

(٤) شراب ثلاث ملاعق عسل نحل قبل الوجبات يلين الطبيعة.

(٥) شراب الحلبة محلاة بعسل النحل ثلاث مرات يوميًّا.

* **علاج المغص المعوي:**

(١) شراب كوب من مغلي الينسون مع الكمون.

(٢) شراب كوب من مغلي النعناع والقرنفل مع عسل النحل.

(٣) تقمح كف من حبة البركة وقت اللزوم يزيد أعراض المغص بإذن الله -تعالى-.

* * *

● علاج السموم:

(١) شراب كوب من اللبن محلى بعسل النحل مضاف إليه ثوم مهروس.

(٢) أكل قشر الليمون يقاوم السموم.

(٣) شراب الحنظل وعمل دهان منه على مكان لسع العقرب أو الثعبان مفيد لعلاج السم الناتج عنهم.

(٤) شراب مغلي بذور الجعضيض مفيد في حالة عض الثعبان.

(٥) شراب مغلي المر.

(٦) الثوم من أفضل وأقوى العلاجات للسموم ويستخدم كدهان على أماكن الإصابة أو لبخة، كما يستخدم عن طريق الفم بأن تقطع فصوصه وتبلع مع عصير الليمون الخام.

* **المكونات**: ١٠٠ جرام قرفة + ١٠٠ جرام قرنفل + ٢٠٠ جرام سكر نبات + ١٠٠ جرام حب الرشاد.

● طريقة الإستعمال:

يطحن الكل جيداً ثم يغلى ملعقة كبيرة في كوب ماء ثم تصفى وتشرب بعد العشاء يوميًا حتى يزول المرض.

* **المكونات**: ١٠٠ جرام حبة البركة + ٥٠ جرام زنجبيل.

● طريقة الإستعمال:

يطحن الكل جيداً ويستق المريض ملعقة صغيرة صباحاً وأخرى مساءاً لمدة شهر.

● **علاج عسر التبول:**

(١) شراب ٢١ كوب من عصير البصل مفيد في عسر التبول.

(٢) شراب مغلي البردقوش مقدار كوب كل ١٢ ساعة.

(٣) شراب كوب من الليمون محلى بعسل النحل صباحًا ومساءً.

* * *

● علاج البواسير والبروستاتا:

* علاج البواسير:

(١) مغلي قشور الرمان والجلوس فيه مائة ساعة، مفيد في إزالة ألام البواسير.

(٢) إذا حرق البيض وأخذ رماده وأضيف إليه مطحون المر والقرنفل ودهن منه مكان البواسير أزالها بإذن الله -تعالى-.

(٣) تقمح كف من حبة البركة صباحًا ومساءً هام لعلاج البواسير.

(٤) عمل دهان من زيت القرنفل، حبة البركة، النعناع، الكافور، ويدهن منه المريض ثلاث مرات يوميًا يبرأ بإذن الله -تعالى-.

* **ملحوظة**: إذا كان المريض بالبواسير يعاني من الإمساك فعليه علاج الإمساك أولاً.

* **علاج البروستاتا**:

(١) تقمح كفًا من حبة البركة صباحًا ومساءً مع شراب عسل النحل مع دهان أسفل الخصيتين وأسفل الظهر بدهان زيت حبة البركة صباحًا ومساءً.

(٢) شراب عصيرالبصل والثوم محلى بعسل النحل صباحًا.

* * *

● علاج أمراض الجهاز الهضمي والكبد:

* **ينتج الإلتهاب الكبدي من عدة أسباب :-**

(١) الفيروسات الكبدية أ، ب ، س ، ي ، أي.

(٢) تناول مواد سامة لا تؤثر على خلايا الكبد مثل بعض الأدوية الكيماوية والمواد الحافظة أو الأعشاب السامة.

(٣) تناول المواد الكحلية والمخدرات.

(٤) مرض ويلسون، وهوعبارة عن زيادة عنصر النحاس بالأنسجة أو بعض الأورام في الدم والنسيج اللمفاوي.

* **أعراض الإلتهاب الكبدي:**

ألام في العظام، والعضلات، وإرتفاع في درجات الحرارة، وميل للقيء، وصداع وألام في البطن تستمر مع المريض فترة طويلة، ثم يحدث تغير في لون البول يصبح غامق، وإصفرار في لون الوجه وبياض العين.

* **طرق الوقاية :-**

(١) تجنب المأكولات والمشروبات مجهولة المصدر، وأيضًا التي بها مكسبات طعم ومواد حافظة والمعلبات المستوردة.

(٢) الإكثار من النظافة الجسدية والمنزلة ولأماكن العمل والإقامة.

(٣) الإحتراس من إستخدام أدوات الحلاقة وأدوات الأسنان.

(٤) التطعيم الإجباري للأطفال حدثيي الولادة.

* **العلاج:**

أولاً: لابد من الذهاب إلى الطبيب المتخصص في أمراض الكبد وعمل التحليل والإشعات اللازمة الخاصة بالكبد ومعرفة مدى ما وصل إليه حالة المريض.

ثانيًا: بالنسبة للعلاج بالأعشاب فهذا التالي في العلاجات الهامة للكبد :-

(١) نبات الخلة البري يغلي ١٠جرام في كوب ماء ويشرب على الريق يوميًا.

(٢) أكل الشبت، الكزبرة، حب العزيز، يقوي الكبد ويزيل ألامه.

(٣) الإكثار من أكل التمر والبلح الأسمر.

(٤) أكل العنب أو الزبيب بإستمرار.

(٥) تقمح كف من حبة البركة صباحًا ومساءًا وشراب عليها عسل نحل لمدة شهرين متتاليين.

(٦) عمل تركيبة من جرام الصبر السقرطي + ٥٠ جرام زيت جنين القمح + ١٠٠ جرام زيت حبة البركة.

● **طريقة الإستعمال:**

يخلط الكل جيداً ويضاف إليه ٤١ كوب عسل نحل ويأخذ منه المريض ملعقة كبيرة ثلاث مرات يوميًا ولمدة شهرين.

● **علاج الجهاز الهضمي:**

علاج المعدة الضعيفة التي لم تهضم الطعام.

* **المكونات:** ٥٠ جرام زعتر + ٢٥ جرام مستكة + ١٠٠ جرام حبة البركة + ٢٥ جرام جنزبيل +٥٠ جرام كمون + ٥٠ جرام كراوية.

● **طريقة الإستعمال:**

(١) يدق الجميع جيداً ويؤخذ ملعقة كبيرة تغلى في كوب ماء ثم تصفى ويضاف إليها ٢ ملعقة كبيرة عسل نحل تشرب قبل الإفطار والنوم لمدة شهر.

(٢) تقمح كف من حبة البركة كل ٨ ساعات لمدة شهر.

* **علاج لألم القولون والإنتفاخ:**

* **المكونات:** ٥٠ جرام حرمل + ١٠٠ جرام حب الرشاد + ٥٠ جرام بذر كرنب + ٥٠ جرام حبة البركة.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً ويغلى ملعقة كبيرة في كوب ماء ويصفى ويشرب صباحًا ومساءاً لمدة شهر.

* **علاج للقولون:**

* **المكونات:** ٥٠ جرام لوز حلو + ١٠٠ جرام حبة البركة.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن ويغلى ملعقة صغيرة في كوب ماء وتصفى وتشرب منها ثلاث مرات يوميًّا لمدة شهر.

* **علاج للديدان:**

* **المكونات:** ٥٠ جرام لب قرع + ٥٠ جرام نار جيل + ٢٥ جرام سنامكي + ١٠٠ جرام حبة البركة + ٥٠ جرام حنظل.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً ويغلى ملعقة كبيرة في كوب ماء ثم تصفى وتؤخذ ثلاث مرات يوميًّا للكبار والأطفال.

* **علاج طارد للديدان المعدية أو المعوية:**

* **المكونات:** مهروس الثوم بمقدار ١٠ جرام مضاف إليه ٣ ملعقة عسل نحل و٢ ملعقة زيت زيتون وتشرب قبل النوم لمدة أسبوع.

* **علاج للقولون العصبي:**

* **المكونات:** مرمرية + نعناع + زعتر + بردقوش (نسب متساوية ٥٠ جرام لكل عشب).

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً ويغلى ملعقة كبيرة ثم تصفى وتشرب صباحًا ومساءاً لمدة ثلاث أسابيع.

* **علاج لقرحة المعدة :**

* **المكونات :** ١٠٠ جرام بذر كتان + ٥٠ جرام نعناع .

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل ويغلى ملعقة صغيرة ثم تصفى ويضاف إليها ملعقة زيت زيتون و٣ ملاعق عسل نحل وتشرب ثلاث مرات يوميًّا .

* **علاج للحموضة وإلتهابات المريء :**

شراب عرقسوس المغلي ثلاث مرات يوميًّا مع إستعمال التركيبة الخاصة بعلاج القولون العصبي .

* **علاج لتضخم الكبد :**

* **المكونات :** ٥٠ جرام بذر شبت + ٥٠ جرام بذر شمر + ١٥٠ جرام حب الرشاد .

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل ويخلط جيداً، يؤخذ ملعقة صغيرة منه تغلى في كوب ماء وتشرب كوب كل ٨ ساعات وقبل الأكل بساعة. مع تناول الكرنب، الخرشوف والقرنبيط .

* **علاج مطهر معوي :**

* **المكونات :** ١٠ جرام أهليلج أسود + ٥ جرام سنامكي + ٣٠ جرام تمر هندي .

● **طريقة الإستعمال:**

يغلى الكل جيداً ثم يصفى ويشرب مساءاً لمدة أسبوع يوم ويوم.

❊ ❊ ❊

● **أدوية علاج الإستسقاء:**

الإستسقاء من أمراض الكبد وقد يكون تضخم الطحال أو لعلة في الكليتين أو الكبد.

* **العلاج:**

(١) الإكثار من أكل العدس، الجرجير، البقدونس، الفاصوليا الجافة، حبة البركة.

(٢) مغلي أوراق الكراوية وشراب كوب كل ١٢ ساعة.

(٣) شراب كوب من مغلي أوراق السنامكي والبردقوش بنسب متساوية مقدار ملعقة صغيرة على كل كوب ماء كل ١٢ ساعة.

(٤) مغلي اللبان الذكر مقدار كوب محلى بعسل النحل يوميًّا بعد الإفطار.

(٥) عمل عصير جرجير ويتناول المريض ملعقة كبيرة ثلاث مرات يوميًّا.

(٦) تناول كف من حبة البركة صباحًا لمدة شهر.

(٧) عمل دهان من عسل النحل وخل التفاح وزيت حبة البركة حول مكان البطن وفوق الصرة وتحتها صباحًا ومساءًا.

* **علاج تضخم الطحال**:

(١) توضع لبخة من مطحون حبة البركة والنعناع الجاف واليانسون ويغلى الكل في زيت الزيتون ثم توضع اللبخة على الجانب الأيسر مرة كل ليلة لمدة أسبوعين مع شراب الحلبة، اليانسون، العرقسوس، البردقوش كل مشروب مفرد على حدى.

(٢) شراب نصف كوب من عصير الفجل محلى بعسل النحل مرة يوميًّا لمدة أسبوع.

(٣) شراب نصف كوب ماء مضاف إليه ملعقتين خل صباحًا ومساءًا.

(٤) الإكثار من أكل الزبيب، التين، الجزر، البصل.

* * *

● **أدوية علاج السكر:**

(١) مغلي أوراق التوت لعلاج السكر صباحًا ومساءًا.

(٢) مغلي ملعقة صغيرة من حب الرشاد وتشرب على الريق لمدة ٤٠ يوم.

* **المكونات**: جرام صبر + ٥٠ جرام حبة البركة + ٥٠ جرام مر + ٥٠ جرام لبان ذكر.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً وتأخذ ملعقة صغيرة تغلى في كوب ماء ثم تصفى ويشرب على الريق لمدة ٤٠ يوم.

* **المكونات**: ٥٠ جرام حبة البركة + ٥٠ جرام صبر سقرطي + ٥٠ جرام حب الرشاد + ٥٠ جرام مر + ٥٠ جرام كندر (لبان ذكر).

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً يؤخذ ملعقة صغيرة كل ٨ ساعات أو يتقمح المريض ملعقة كل ١٢ ساعة. ويكثر من أكل الفجل والبصل.

* **المكونات**: ٥٠ جرام ترمس مر ناعم + ٥٠ جرام حلبة حصى ناعمة.

● **طريقة الإستعمال:**

يخلط الكل سويًّا ويؤخذ منها ملعقة كبيرة يوميًّا مع الماء.

❋ ❋ ❋

● **أدوية علاج الضغط:**

* **علاج للضغط العالي:**

* **المكونات:** جرام حبة البركة + ١٠٠ بردقوش + ٥٠ جرام سنامكي.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً ويغلى ملعقة صغيرة على كوب ماء ويشرب صباحًا ومساءاً حتى ينتظم الضغط بمعدله الطبيعي ويستمر العلاج حتى بعد إنتظام الضغط لفترة شهر ثم تقلل الجرعة لمرة واحدة صباحًا.

* **علاج للضغط العالي أيضًا:**

- شراب عصير الدوم كوب كل ١٢ ساعة.
- شراب العناب المنقوع كوب ثلاث مرات يوميًّا.
- تناول ٣ فصوص ثوم بلع يوميًّا كل ١٢ ساعة.
- تناول لبان ذكر مضغ.

* **علاج للضغط المنخفض:**

- شراب العصائر الموالح المانجو، الفراولة، البرتقال، العرقسوس.
- تناول خضروات السبانخ، القلقاس، القرع، الملوخية، الكرنب.
- شراب ٤١ كوب عسل أسمر صباحًا وأخر مساءاً لمدة شهر.

***

● علاج فاتح للشهية ولزيادة الوزن:

(١) فول الصويا الحصا: فهو صدر أساسي وغني بالبروتينات والفيتامينات والأملاح المعدنية المتعددة الهامة لجسم الإنسان والمداومة على تناوله مطبوخًا لمدة ٤٠ يوم وهو فعال على النحافة أيضًا ممكن أن يطحن الفول الصويا ويؤخذ منه الناتج ويضاف منه ٢ ملعقة كبيرة على كوب لبن صباحًا ومساءًا لمدة شهر.

(٢) شراب الحلبة الحصى مع أكل الحب مستوي.

(٣) الإكثار من أكل البليلة ولمدة شهرين مع أكل الترمس وحب العزيز، القلقاس، السبانخ، الكوسة، الموز، التين، الكبدة، والإكثار من شرب اللبن المحلى بالعسل الأسود.

(٤) شراب كوب من مخلوط الينسون والقرفة والنعناع والشمر بنسب متساوية قبل الأكل بنصف ساعة ولمدة شهر.

* * *

● **أدوية علاج السمنة:**

* **العلاج:-**

(١) شراب كوب من الماء العذب المضاف إليه ملعقة عسل نحل بعد الإفطار.

(٢) مغلي مقدار ٢٥ جرام (رجل الأسد) في ٢٠٠ مللي ماء وتشرب الكمية صباحًا ومساءً لمدة شهر.

(٣) تناول ملعقة زيت الزيتون يوميًّا وتناول ملعقة مع شراب كوب من مشروب النعناع.

(٤) تناول ملعقة خل أبيض على كوب ماء قبل الإفطار يوميًّا.

(٥) والأهم ممارسة الرياضة الطبيعية بجميع أشكالها، وعدم تناول الطعام بعد الساعة ٨ مساءً، والإكثار من أكل الخضروات وخاصة طبق السلطة فاجعله أساسي في كل وجبة.

(٦) شراب النعناع يزيب الدهون وينقص الوزن وكذلك دهانه على أماكن الدهون ثلاث مرات يوميًّا.

(٧) خليط من أعشاب أ ل روز ماري، شمر، بردقوش، سنامكي بنسب متساوية ويطحن الكل جيدًا ويؤخذ منها ملعقة كبيرة على كوب ماء مغلي كل ١٠ ساعات يوميًّا.

* * *

● أدوية علاج أمراض الكلى:

*** علاج لحصى البول وحرقته:**

*** المكونات:** كوب لبن بقري مضاف إليه سكر أبيض + ٢ ليمونة + ٢ ملعقة زيت زيتون. يشرب منه كوب صباحًا ومساءً لمدة أسبوع.

*** علاج لسلس البول:**

*** المكونات:** كوب حمص ينقع في خل أبيض ثلاث أيام ثم يهرس في الخل ثم يصفى ويشرب منه المريض ملعقة كبيرة كل ٨ ساعات.

*** علاج لتفتيت الحصى بالكلى أو الحالب:**

*** المكونات:** ٥٠ جرام بذر فجل + ١٠٠ جرام حبة البركة + ٥٠ جرام خلة.

● طريقة الإستعمال:

يطحن الكل ويغلى ملعقة كبيرة حبة البركة في كوب ماء ثم تصفى الجرعة كل ٨ ساعات كوب قبل الأكل لمدة شهر.

*** علاج تفتيت الحصى:**

*** المكونات:** ١٠٠ جرام حلف بر + ١٠٠ جرام حبة البركة + ١٠٠ جرام خلة بري + ٥٠ جرام ينسون.

● طريقة الإستعمال:

يطحن الكل جيدًا والجرعة ملعقة كبيرة تغلى في كوب ماء ثلاث مرات قبل الأكل.

* **علاج لتفتيت الحصى:**

* **المكونات:** ١٠٠ جرام حبة البركة + ٥٠ جرام ناب السعد + ٥٠ جرام حمص كبيرة.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً ويؤخذ منه ملعقة كبيرة تغلى في كوب ماء ثلاث مرات قبل الأكل.

* **علاج من يتبول الدم:**

يعصر السريس مقدار كوب ويضاف إليه ملعقتين كبيرتين كركم وملعقة صغيرة ملح طعام ويشرب صباحاً أو مساءاً.

* **علاج وجع المثانة وحرقة البول:**

* **المكونات:** ٢٥ جرام قسط بحري + ٢٥ جرام سنبل + ٢٥ جرام محلب.

● **طريقة الإستعمال:**

يدق الكل جيداً ثم تغلى ملعقة صغيرة في كوب ماء وتصفى ويضاف إليه ملعقتين زيت زيتون وتشرب صباحاً ومثلها قبل النوم لمدة أسبوعين.

* **علاج للفتاق:**

* **المكونات:** ١٠٠ جرام قمح مغلي + ٥٠ جرام حب الرشاد + ٥٠ جرام ترمس مر.

● **طريقة الإستعمال:**

يدق الكل جيداً ويؤخذ منه ملعقة كبيرة تعجن مع ٢ ملعقة زيت زيتون تعجن وتؤكل كل صباحاً ومساءاً.

* **علاج وجع الأرحام وإنضمامها:**

* **المكونات:** ١٠٠ جرام بذر ريحان + ١٠٠ جرام حلبة حصا + ٥٠ جرام دار فلفل.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً ويغلى ملعقة كبيرة في كوب ماء ثم تصفى ويضاف إليها ٢ ملعقة كبيرة عسل نحل + ملعقة زيت طيب وتشرب صباحاً ومساءاً.

* **علاج إنقطاع الحيض:**

* **المكونات:** حبة البركة + ٥٠ جرام ترمس مر + ٥٠ جرام حرمل.

● **طريقة الإستعمال:**

يدق الكل جيداً ويؤخذ ملعقة تغلى في كوب ماء ثم تصفى ويضاف إليها عسل نحل ملعقتين + زيت طيب ملعقة، تشرب صباحاً ومساءاً لمدة أسبوع.

* **علاج لتفتيت الحصى واللومباجو:**

* **المكونات:** ١٠٠ جرام حلف بر + ٥٠ جرام حرمل + ٥٠ جرام دمسيسه

+ ١٠٠ جرام بذر خلة + ٥٠ جرام شمر.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً ويؤخذ ملعقة كبيرة تغلى في كوب ماء ثم تصفى وتشرب ثلاث مرات يومياً.

* **علاج لتفتيت الحصى بالكلى والحالب والمثانة:**

يؤخذ زيتونة + تلبينة تطحن ويعصر عليها ٣ ليمونات وتشرب لمدة أسبوعين.



فصل

في علاجات أمراض النساء والولادة

● **أدوية علاج النساء والولادة:**

* **علاج الضعف الجنسي والبرود لدى بعض النساء، ينقسم إلى:**

(١) ضعف جنسي ناتج عن برودة لدى المرأة المتزوجة، وينتج عنه عدم القدرة والرغبة لممارسة الجماع مع الزوج وهذه الحالة قد تسبب الطلاق أو أن يتزوج بأخرى حتى يشبع رغباته.

* **العلاج:**

(أ) شراب كوب لبن مع غلي أوراق التيليو كل ٨ ساعات ولمدة شهر، وهذا يزيد الرغبة لدى الزوجة.

(ب) تقمح كف من حبة البركة صباحًا ولمدة شهر.

(جـ) شراب كوب من اللبن مضاف إليه ملعقة زيت حبة البركة + ملعقة زيت زيتون + ثلاث ملاعق عسل نحل صباحًا ومساءً لمدة أسبوع.

(د) شراب كوب من مغلي القرفة وحبة البركة ولبان الذكر كل ١٢ ساعة ولمدة أسبوع يزيد من الرغبة.

(٢) علاج تأخر الإنجاب لدى النساء دون وجود مرض عضوي يعوقه: تذكري يا أختاه أن الشفاء من عند الله وحده لا شريك له، وأنه -جل شأنه-

هو الذي يهب الذرية لمن يشاء.

* **العلاج**:

* **المكونات**: ٧٠ جرام سذاب مطحون جيدًّا.

● **طريقة الإستعمال:**

يؤخذ الناتج عن طحن السذاب ويعجن بعسل النحل حتى يصير متماسك كعجين ثم يؤخذ من العجينة ٧ جرام وتتشكل كالبوسة المهبلية، وتأخذها المرأة عن طريق المهبل صباحًا ومساءاً لمدة أسبوعين من يوم إنتهاء الدورة، وقد تسبب بعض التقلصات فلا خوف منها.

* **المكونات**: ٥٠ جرام أوراق الزيزفون (التيليو) + ٢٥ جرام بذرفجل + ١٠٠ جرام حبة البركة.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيدًّا ويؤخذ منه ١٥ جرام وتغلى في ٢٠٠ مللي ماء (كوب كبير) ثم تصفى ويضاف إليه ٢٥ جرام عسل نحل وتشرب مرة يوميًّا لمدة شهرين.

* **المكونات**: ٢٥٠ جرام طلع نخل + ٥٠ جرام أوراق السدر المطحون + ٥٠ جرام من السذاب المطحون.

● **طريقة الإستعمال:**

يضاف الكل إلى نصف كوب عسل نحل وينتزع الرغوة وتأكل منه المرأة

ملعقة كبيرة كل ٨ ساعات لمدة ٣ شهور.

* الإكثار من أكل الخس، الفجل، الجرجير، الجزر، السبانخ، الكرنب، الكرفس، الموز، التين، الزيتون.

* **تركيبة لتنشيط البويضات:**

شراب ٣٠ جرام من عصير البصل الخام مع ٣٠ جرام عسل نحل كل ثلاث أيام ولمدة شهرين.

* **لتثبيت الحمل:**

* **العلاج**: تناول حبة البركة والليمون بإستمرار.

* **علاج لإدرار اللبن:**

* **المكونات**: ٥٠ جرام ينسون + ٥٠ جرام بذر فجل + ٥٠ جرام شمر + ١٠٠ جرام سويق القمح.

● **طريقة الإستعمال:**

يدق الجميع جيداً وتغلى على ملعقة كبيرة على كوب ماء ثم تصفى ويضاف إليها زيت طيب بمقدار ملعقة ويؤخذ منها ثلاث مرات يوميًّا.

وكذلك تسييح شمع العسل على نار ثم يضاف إليه زيت الخروع ويدهن منه الثدي ٤ مرات يوميًّا، يدر اللبن المتدفق في الثدي.

* **علاج لألام الدورة الشهرية:**

* **ملحوظة**: ينصح بعدم تناول المأكولات الحراقة والمشروبات الحارة أثناء

فترة نزول دم الحيض.

* **العلاج:**

* **المكونات:** ٢٠ جرام زيت المسك + ٥٠ جرام زيت حبة البركة + ٢٠ جرام زيت الزعفران + ١٠ جرام زيت الورد.

● **طريقة الإستعمال:**

يخلط الكل جيد جداً في زجاجة ثم يأخذ قطعة خشب بحجم القلم ويلف عليها قطن ثم تغمص في المركب ويتم دهان داخل المهبل كل ٨ ساعات من المركب فترة نزول دم الحيض. (وهذا العلاج يستخدم كدهان ومطهر مهبلي لعلاج ألام وإلتهابات المهبل).

* **علاج مطهر ومضاد لإلتهابات المهبلية ومسكن للألام:**

* **المكونات:** ٥٠ جرام زعفران خام + ٥٠ جرام المسك الخام + ٥٠ جرام زر ورد + ٥٠ جرام حبة البركة.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيد جداً حتى يصير كالبودرة ناعمة جداً ثم تأخذ المرأة من التركيبة مقدار ٢ ملعقة كبيرة وتذاب في مقدار لتر ماء دافئ وتستعمل كدش مهبلي صباحاً ومساءاً لمدة أسبوع.

* **علاج لمعالجة عدم نزول دم الحيض وألامه:**

(أ) تغلى أوراق العنب ثم تصفى وتحلى بعسل النحل وتشرب منه المرأة

كوب كل ٨ ساعات، يعمل على إدرار دم الحيض.

(ب) شراب كوب من الينسون محلى بعسل النحل مفيد في إدرار دم الحيض.

(جـ) مغلى بذور الينسون والحلبة وحبة البركة بنسب متساوية على كوب ماء وتشرب منه المرأة كوب كل ٨ ساعات يدر دم الحيض ويزيل الألام بإذن الله -تعالى-.

(د) عصير الجرجير الأخضر مقدار نصف كوب كل ١٢ ساعة محلى بعسل نحل يدر دم الحيض ويمنع الألام.

*** علاج لتسهيل الولادة:**

(أ) شراب مغلي الينسون أربع مرات يوميًّا يفيد في تقوية الطلق وتسهيل الولادة.

(ب) شراب كوب من الحلبة المغلية محلاة بعسل النحل كل أربع ساعات يقوي الطلق ويسهل الولادة ويزيد من إدرار اللبن في ثدي الأم.

(جـ) شراب كوب من عسل نحل عند الولادة يسهل الولادة.

(د) شراب كوب لبن مضاف إليه ملعقة زيت حبة البركة وثلاث ملاعق عسل نحل يعمل على تقوية الطلق ويسهل الولادة إن شاء الله -تعالى-.

*** علاج وجع الأرحام وإنضمامها:**

* **المكونات**: ١٠٠ جرام بذر ريحان + ١٠٠ جرام حلبة حصا + ٥٠ جرام دار فلفل.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً وتغلى ملعقة كبيرة في كوب ماء ثم تصفى ويضاف إليها ملعقتين كبيرة من عسل النحل + ملعقة زيت طيب وتشرب صباحاً ومساءاً.

* **علاج إنقطاع الحيض:**

* **المكونات:** ١٠٠ جرام حبة البركة + ٥٠ جرام ترمس مر + ٥٠ جرام حرجل.

● **طريقة الإستعمال:**

يدق الكل جيداً ويؤخذ ملعقة تغلي في كوب ماء ثم تصفى ويضاف إليها ملعقتين عسل نحل + ملعقة زيت طيب وتشرب صباحاً ومساءاً ولمدة أسبوع.

* **علاجات مفيدة لإضطرابات الحيض:**

إضطرابات الحيض لها أشكال متنوعة مثل تأخر نزول الدورة الشهرية عن ميعادها والطبيعي أنها تنزل كل ٢٨ يوم أو عدم إنتظامها في مواعيدها، أو إضطرابات في كمية الدم الذي نزل مع كل دورة أو توقفها عن النزول تماماً.

* **علاج عدم نزول الحيض وألامه:**

(١) عمل كوب من عصير الجرجير الأخضر وتشرب منه المرأة فتاة كانت أو سيدة، مقدار ربع كوب كل ٨ ساعات يعمل على إدرار دم الحيض.

(٢) شراب كوب من مغلي الينسون كل ١٢ ساعة يعمل على إدرار الحيض ويسكن ألامه.

(٣) مغلي أوراق العنب الجاف بعد طحنه يدر الطمث ويسكن الألام.

*** علاج الإفرازات المهبلية:**

(١) عمل دش مهبلي من مغلي أزهار البابونج.

(٢) عمل دش مهبلي من مغلي القرنفل مع السنامكي والثوم.

* * *

فصل

خاص بالحمل والرضاعة

هناك أعراض كثيرة تظهر للحامل أثناء فترة الحمل خلال التسع أشهر، وكما نعرف جيداً أن جميع أنواع الدواء ممنوعة على الحامل أثناء فترة الحمل وبعضها أثناء فترة الرضاعة.

ويجب إستشارة الطبيب المعالج قبل إستخدام أي نوع من أنواع الأدوية لأي عرض كان، وبفضل الله -عز وجل- دلنا سبحانه وتعالى على بعض الأدوية المفردة والمركبة من الأعشاب والزيوت الطبيعية التي يمكن إستخدامها بأمان للأم الحامل والمرضعة ودون حدوث أعراض جانبية.

إستعنت بالله -القادر المقتدر- على تقديم وشرح لبعض الأمراض التي تظهر للحامل والمرضعة وتقديم الدواء المناسب لهذه الأمراض مع المحافظة على الأم والحمل والرضيع والله المستعان.

● **أولاً: الإنتفاخ:**

غالبًا ما تعاني الحامل من إنتفاخات ووجود غازات خاصة في الشهور الأخيرة من الحمل مع ضيق الرحم قرب الولادة.

* **العلاج:-**

(١) مضغ أوراق النعناع الأخضر.

(٢) شراب من كوب مغلي بذور الشمر مرة يوميًا باردًا.

(٣) شراب من كوب الينسون مع الكمون قبل الإفطار.

(٤) تقمح كف من حبة البركة مع مضغها مضغًا بسيطًا صباحًا ومساءًا؛ لأن من فؤائدها أيضًا تثبيت الحمل بإذن الله.

● ثانيًا: الحموضة:

عرض تعاني منه الحامل وذلك نتيجة لتراكم مادة الهيدروكلوريك في المعدة فيحدث سوء هضم وحرقان في الصدر وننصح بتناول الأدوية الآتية لإحتوائها على مواد فعالة تساعد على تنشيط وظائف المعدة ومنع تراكم الطعام وطرد الغازات المتراكمة في المعدة والأمعاء.

* **العلاج:-**

(١) تقمح كف من حبة البركة صباحًا ومساءًا ومضغها مضغًا بسيطًا وبلعها بالماء أو عسل النحل.

(٢) شراب كوب ماء مضاف إليه ثلاث ملاعق عسل نحل.

(٣) يغلى اللبن مساءًا ويضع في الثلاجة ويشرب منه كوب قبل الإفطار.

(٤) مضغ مطحون العرقسوس كما اللبان أو يشرب كوب من منقوعة يوميًا بعد الإفطار على شرط ألاً يكون الضغط عالي.

(٥) مضغ اللبان الذكر بعد الوجبات.

● **ثالثًا: الدوخة والقيء:**

تحدث هذه الأعراض بكثرة خاصة في الشهور الأولى للحامل.

* **العلاج:-**

(١) مضغ قرون القرنفل خاصة عند الإستيقاظ ويمكن وضعه في كوب الحليب صباحًا ومساءًا.

(٢) عمل كوب من مغلي النعناع والقرنفل قبل الإفطار والغداء بساعة.

(٣) تقمح كف من حبة البركة كل ثمانية ساعات مع عسل النحل.

(٤) شراب ربع كوب عسل أسمر كل ثمانية ساعات ينشط الدورة الدموية ويمنع الدوخة.

● **رابعًا: الصداع وألام الرأس والرقبة:**

* **العلاج:-**

(١) دهان من زيت النعناع صباحًا ومساءًا على أماكن الألم.

(٢) إستحلاب قرون القرنفل من وقت إلى أخر.

(٣) شراب كوب من مغلي النعناع الأخضر وقت اللزوم.

(٤) شراب كوب من مغلي زهرة البابونج يسكن الألم ويساعد على النمو.

(٥) تقمح كف من حبة البركة عند اللزوم.

● **خامساً: الإمساك:**

داء يصاحب الحمل غالبًا:

* **العلاج:-**

(١) تناول قطعة من الحلاوة الطحينية قبل النوم.

(٢) تناول ثمار المشمش والخوخ يحدث تلين.

(٣) تناول كوب من مغلي الينسون والكراوية بعد الإفطار والعشاء يساعد على علاج الإمساك.

(٤) شراب كوب من الحليب البارد قبل الإفطار.

(٥) تناول أكلات الملوخية والبامية.

● **سادساً: الإسهال:**

* **العلاج:-**

(١) شراب كوب من مغلي قشور الرمان كل ١٢ ساعة يساعد على ضبط المعدة والأمعاء.

(٢) تناول كف من الحبة السوداء مع مضغها صباحًا ومساءً.

(٣) تناول فنجان من القهوة بالليمون مرة يوميًّا.

● **سابعاً: الضعف العام والإرهاق:**

* **العلاج:-**

(١) تقمح كف من حبة البركة صباحًا ومساءًا.

(٢) تناول الخضروات الآتية :- القلقاس، البطاطا، القرنبيط، الملوخية، السبانخ، القرع، الموز، البلح بأنواعه.

(٣) عمل سلطة من المسلوق : القلقاس، البطاطا، الجزر، البطاطس، القرع. يسلق الكل جيداً ثم يهرس مع إضافة ملح وكمون وكزبرة، وتؤكل هذه السلطة الغنية بجميع الفيتامينات والأملاح المعدنية بإستمرار للأم الحامل والمرضعة.

(٤) تناول كوب من الحليب مضاف إليه ٧ نقط زيت حبة البركة وملعقة زيت زيتون وثلاث ملاعق عسل نحل ومثلهم عسل أسمر.

(٥) الإكثار من أكل اللحم الجملي، الضاني، البقري.

● **ثامناً: السكر والضغط:**

قد ينتج زيادة في نسبة السكر بعد الحمل وتكون هذه الحالة عرضية تزول بزوال السبب إن شاء الله -عز وجل- وننصح الأم الحامل بعمل تحليلات دورية للإطمئنان على نسبة السكر في الدم ومقياس ضغط الدم.

* **العلاج:-**

(١) تناول مطحون الحلبة البلدي بمقدار ملعقة صغيرة كل ١٢ ساعة

قبل الأكل أو شراب كوب من مغليها مرتين يوميًّا.

(٢) تناول مقدار واحد جرام من عشبة المر بطارخ بعد الغداء يوم بعد يوم.

(٣) تناول مقدار ملعقة صغيرة من مخلوط الترمس المر وحب الرشاد والكندر قبل الإفطار وقبل العشاء.

(٤) الإكثار من أكل الخضروات الورقية والقرع والخرشوف والسبانخ والتين والقرنبيط.

(٥) تناول كوب من العرقسوس يوميًّا يرفع نسبة ضغط الدم المنخفضة ويحسن الحالة المزاجية.

(٦) تناول سبعة حبات زيتون مع كل وجبة تساعد على إرتفاع الضغط وتقوية جهاز المناعة.

(٧) تناول ربع كوب من العسل الأسمر كل ثمانية ساعات يزيد من نسبة الحديد في الدم ويساعد على ضبط الضغط.

* **لعلاج الضغط العالي:-**

(١) تناول كوب من منقوع العناب كل ثمانية ساعات.

(٢) تناول ٢ فص ثوم مقسوم وبلعها بالماء كل ١٢ ساعة.

(٣) تناول كوب من منقوع الدوم صباحًا ومساءً.

(٤) تناول كوب من مغلي الشعير البري بعد الغداء.

(٥) الإكثار من شرب عصير القصب، الحلبة، الكاكاو، الخروب، البردقوش، الكندر، الحديد.

(٦) الإبتعاد عن الموالح والحوادق والإكثار من أكل البلح بأنواعه: العجوة، الموز، التفاح، القرع، الملوخية، البسلة.

● تاسعًا: زيادة الوزن وترهلات الجسم بعد الولادة:

قد تحدث زيادة في الوزن وترهلات في منطقة البطن بعد الولادة نتيجة لإنضمام الرحم بعد الولادة وننصح بعمل رجيم خفيف بالنسبة للمأكولات مثل الإبتعاد عن الحلويات والسكريات والمكرونات والمياة الغازية والتقليل من تناول الخبز والأرز. وننصح بتناول الآتي :-

(١) الإكثار من شرب ثلاثة أكواب ماء دافئ قبل الوجبات بربع ساعة.

(٢) شراب كوب من الماء الدافئ مضاف إليه ثلاث ملاعق عسل نحل وليمون قبل وجبة الغداء.

(٣) الإكثار من أكل السلطة بإستمرار عند الإحساس بالجوع وقبل الوجبات مع مضغ الطعام جيداً.

(٤) الإكثار من أكل الخضروات التي تساعد على إنقاص الوزن، وأيضاً تمد الجسم بالفيتامينات والكالسيوم والحديد مثل: الخس، الكرات، الفجل، الجرجير، الجزر، الخيار، السبانخ، والملوخية، القرع، الفاصوليا الجافة، القلقاس.

(٥) الإكثار من شرب الحلبة الحصا، الينسون، الكراوية، العناب، النعناع، العرقسوس، البرداقوش، الشمر، الشاي الأخضر.

● **عاشراً: قلة اللبن في ثدي الأم:**

ننصح بتناول بعض العلاجات العشبية التي تساعد على إدرار اللبن في ثدي الأم.

(١) ٥٠ جرام شمر + ٢٥ جرام ينسون + ٥٠ جرام حلبة حصا + ٢٥ جرام كراوية. يطحن الكل جيداً ويؤخذ منه ملعقة كبيرة تغلى في كوب ماء وتشرب كل ستة ساعات.

(٢) شراب كوب من الحليب الجاموسي مضاف إليه ملعقة زيت حبة البركة وملعقة زيت زيتون وقطعة حلاوة طحينية يوميًّا.

(٣) الإكثار من أكل القلقاس، البطاطا، السبانخ، البسلة، الفاصوليا، الملوخية، الكرنب، الحلاوة الطحينية، القرع، العسل الأسود، الجبنة الفلاحي، الجبنة الشيدر، والضاني.

● **أغذية خاصة بالرضع بعد الشهر السادس:**

(١) عمل سلطة: من مهروس القرع، الجزر، البطاطا، البطاطس، القلقاس بعد سلقهما ويضرب الكل في الخلاط ويأكل منه الرضيع من وقت إلى أخر حسب مواعيد الرضاعة.

(٢) يطحن الأرز جيداً ثم يغربل ويسلق ثم يضاف إليه عسل نحل، حليب بقري، تفاح مسلوق ويخلط الكل جيداً ثم يأكل الرضيع.

(٣) تطحن الغلة الخام جيداً وتغربل ويضاف إليها عسل أسمر، حليب بقري، مسلوق القرع والجزر، ويخلط الكل جيداً ثم يأكل منها الرضيع.

(٤) بيض بلدي مسلوق، جبنة فلاحي، ملعقة عسل أسمر.

(٥) إعطاء الرضيع مشروبات الكراوية، الينسون، الحليب، الليمون، البرتقال، عصير قصب، حلبة حصا.

(٦) إعطاء الرضيع بعد عشر أشهر من الولادة وجبات من الكريمة، الأرز باللبن، المهلبية، البليلة، التلبينة، سلطة الخضار المكونة من مسلوق البطاطا، البطاطس، الجزر، القلقاس، القرع.

(٧) وننصح بإعطاء الرضيع وجبة من سلطة الفواكه مثل: مسلوق التفاح، التين، الموز، البلح الرطب مع عصير البرتقال والليمون والخروب.

(٨) ننصح بإضافة زيت البابونج إلى ماء الإستحمام للرضيع مع تدليك الجسم منه وأيضاً شراب مغلي زهرة البابونج والله المستعان.

***

فصل

في علاج الأمراض النفسية والعصبية

الأمراض النفسية متعددة فمنها: الصرع، الأرق، الإكتئاب، وكلما زادت في حالة الشخص الإجتماعية، ومدى ما وصل إليه تفكيره في إحدي الموضوعات التي تؤثر على ذهنه. فبالتالي تؤثر على الحالة النفسية له خاصة وإن لم يستطيع الوصول لحل هذه المشكلة.

* **العلاج :-**

أولاً :

لابد من العلاج النفسي عن طريق مشاركة المريض في حالته ومناقشته مناقشة مفتوحة للوصول إلى حل لهذه المشكلة، ولابد أن يتقرب المريض إلى أقرب الأشخاص إليه وأحبهم إلى قلبه، ويحكي له حالته على أن يكون الشخص المناسب له يكون ناصح أمين، والأفضل اللجوء إلى معالج نفسي.

* **ثانيًا : العلاج بالأدوية :-**

(١) تقمح كفًا من حبة البركة صباحًا ومساءًا مع دهان على منطقة الرأس والجبهة والصدر من زيتها.

(٢) تناول البصل المشوي صباحًا ومساءًا.

(٣) شراب عصير الخس مقدار نصف كوب كل ٨ ساعات مفيد في

حالات الأرق والقلق والصرع أيضاً.

(٤) شراب عسل نحل بإستمرار.

(٥) عمل الحجامة الخاصة بهذا المرض.

(٦) عمل تركيبة دوائية مكونة من: ١٥٠ جرام حبة البركة + ٥٠ جرام ينسون + ٥٠ جرام نعناع + ٢٥ جرام لبان ذكر + ٢٥ جرام جنزبيل.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً وتغلى مقدار ملعقة على كوب ماء ثم تصفى، ويضاف إليها ملعقتين عسل نحل وملعقتين زيت زيتون وتشرب بعد الإفطار والعشاء يوميًّا.

(٧) الإغتسال بالماء القرآني وفضله في باب العلاج بالقرآن.

* **تمهيد**:

القلق، الإكتئاب، فقد الشهية، عدم النوم، الإجهاد الذهني والبدني، النسيان، الخمول، الكسل البدني. كل هذه الأمراض إنتشرت في المجتمع المصري وزادت، وقد أرجعت الأسباب للحالة النفسية السيئة التي أصابت المجتمع بسبب تدهور الحالة الإقتصادية وأسباب أخرى منها: الإجتهاد المستبد في العمل لفترات طويلة دون راحة، وأيضًا سوء التغذية لذلك ننصح بتناول الأعشاب والنباتات التالي ذكرها بإستمرار وجعلها وجبات مناسبة لكل شخص.

***** ومن هذه النصائح :**

(١) إستعمال السواك بإستمرار.

(٢) شراب كوب من النعناع مع الينسون قبل النوم وبعد الإفطار.

(٣) تناول التلبينة صباحاً مع تقمح كف من حبة البركة.

(٤) الإكثار من أكل البصل، الثوم، الجزر، البلح بأنواعه، التين، الحلويات، الحمص، الكبدة، شراب الحليب المحلى بعسل النحل والعسل الأسمر.

(٥) ننصح بإستنشاق عطور الياسمين، اللافندر، الليمون، المسك والتعطر بهم خاصة قبل النوم.

● تركيبة علاجية مهمة:

* **المكونات**: ١٠٠ جرام حبة البركة + ٥٠ جرام شمر + ٢٥ جرام ينسون + ٥٠ جرام لبان ذكر + ٢٥ جرام زنجبيل + ٥٠ جرام قرفة + ٢٥ جرام بلح جوز الطيب . .

● طريقة الإستعمال:

يطحن الكل جيداً ويضاف إليه كوب عسل نحل منزوع الرغوة ويقلب جيداً ويؤخذ منه ملعقة كبيرة بعد الإفطار والعشاء.

وهناك علاج أخر مهم وفعال لعلاج جميع الأمراض النفسية، فخذ منه والشافي هو الله -عز وجل-.

عن ابن مسعود -رضي الله عنه- عن النبي ﷺ قال: «**ما أصاب عبداً هم ولا حزن، فقال: اللهم إني عبدك وابن عبدك وابن أمتك ناصيتي بيدك، ماضٍ فيَّ حكمك، عدل فيَّ قضاؤك، أسألك بكل إسم هو لك سميت به نفسك، أو أنزلته في كتابك، أو علّمته أحداً من خلقك، أو إستأثرت به في علم الغيب عندك، أن تجعل القرآن العظيم ربيع قلبي، ونور صدري، وجلاء حزني، وذهاب همي، إلاَّ أذهب الله حزنه وهمّه، وأبدله مكانه فرحًا**». صدق رسول الله صلى الله عليه وسلم.

عن أبي بكر الصديق -رضي الله عنه- أن رسول الله ﷺ قال: «**دعوات المكروب: اللهم رحمتك أرجو، فلا تكلني إلى نفسي طرفة عين، وأصلح لي شأني كله، لا إله إلاَّ أنت**».

وفيها أيضًا عن أسماء بنت عُميس -رضي الله عنها- قالت: قال لي رسول الله ﷺ: «**ألا أُعلمك كلمات تقوليهن عند الكرب -أو- في الكرب: الله ربي لا أشرك به شيئًا**».

عن سعد ابن أبي وقاص -رضي الله عنه- قال: قال رسول الله ﷺ: «**دعوة ذو النون إذ دعا ربه وهو في بطن الحوت: ﴿لاَّ إِلَهَ إِلاَّ أَنتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنتُ مِنَ الظَّالِمِينَ﴾** [الأنبياء: ٨٧]، **لم يدع بها رجل مسلم في شيء قط إلا أُستجيب له**».
وفي رواية: «**إني لأعلم كلمة لا يقولها مكروب إلاَّ فرّج الله عنه، كلمة أخي يونس**».

عن أبي سعيد الخدري -رضي الله عنه- قال: دخل رسول الله ﷺ ذات يوم في المسجد، فإذا هو برجل من الأنصار يقال له أبو أمامة، فقال: «**يا أبا**

أمامة مالي أراك في المسجد في غير وقت الصلاة؟» فقال: هموم لزمتني وديون يا رسول الله. فقال: «ألاَ أُعلمك كلامًا إذا أنت قلته أذهب الله -عز وجل- همك، وقضى دينك؟». قال: قلت: بلى يا رسول الله. قال: «قل إذا أصبحت وإذا أمسيت: اللهم إني أعوذ بك من الهم والحزن، وأعوذ بك من العجز والكسل، وأعوذ بك من الجبن والبخل، وأعوذ بك من غلبة الدين، وقهر الرجال». قال: ففعلت ذلك، فأذهب الله -عز وجل- همي وقضى عنّي ديني.



فصل

في علاجات الأمراض الجلدية

(١) علاج البهاق الأبيض:

يطحن بذر فجل جيداً ويعجن بزلال بيض مسلوق ويسخن على نار هادئة في زيت زيتون لمدة ٥ دقائق ثم يدهن منه أماكن الإصابة أربع مرات يوميًّا حتى يزيل المرض.

(٢) علاج البهاق الأسود:

كبريت جلدي يعجن مع الشحم الموجود في جوف عظام البهائم ويدهن منه أماكن الإصابة ثلاث مرات يوميًّا حتى يزول المرض.

(٣) للبهاق الأسود أيضًا:

* **المكونات:** ٥٠ جرام حمص + ٥٠ جرام زبيب + ٥٠ جرام فول + كبريت غذائي.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً وتأخذ ملعقة كبيرة يضاف إلى ٣ ملاعق عسل نحل + ملعقة زيت طيب وتؤكل صباحًا ومساءاً مع إستعمال التركيبة السابقة كدهان.

(٤) علاج للبثور والدمامل والخراريج :

يعمل لبخة من بذر مرو + بذر أتونه على أماكن الإصابة مرة يوميًّا حتى يزيل الأمراض .

(٥) علاج للصدفية :

* **المكونات :** ١٠٠ جرام خلة بري + ٢٥ جرام سنامكي + ٢٠٠ جرام حبة البركة + ٥٠ جرام حب الرشاد .

● طريقة الإستعمال:

يخلط الكل جيداً ثم تغلى ملعقة صغيرة في كوب ماء ثم يصفى ويضاف إلى الكوب ملعقة زيت زيتون وملعقة عسل نحل وتشرب قبل النوم وقبل الإفطار يوميًّا .

(٦) علاج للصدفية أيضًا :

* **المكونات :** ٥٠ جرام كبريت + ٥٠ جرام ترمس + ٥٠ جرام فجل + ٥٠ جرام شبّه + ٥٠ جرام صبار .

● طريقة الإستعمال:

يطحن الكل جيداً ثم يوضع في ٢١ كوب زيت زيتون ويغلى على نار هادئة ثم يصفى ويضاف إلى ١٠٠ جرام قطران، ويستعمل كدهان للصدفية ثلاث مرات يوميًّا مع غسل أماكن الإصابة بماء ساخن قبل الدهان .

(٧) علاج للحروق:

أن الحروق درجات فالدرجة الأولى تكون سطحية تتأثر بها الطبقة السطحية للجلد فقط ويتغير لون الجلد للون الأحمر ويجف وتظهر بعض الإنتفاخات والتورم وعلاج هذه الحالة من الحرق يكن سهلاً وسريعًا إن شاء الله...

أولاً: يجب أن يسرع المصاب إلى وضع الثلج أو ماء مثلج على مكان الحرق لفترة طويلة، ثم يستخدم أي من العلاجات الآتية:-

(أ) تغلى الحناء ثم يؤخذ مائها ويوضع على مكان الحرق.

(ب) يطلى مكان الحرق بعسل النحل ست مرات يوميًّا مع شرب ٥٠ جرام عسل نحل يوميًّا على فترات.

(جـ) يطلى مكان الحرق بالبيض النيء مع ملعقة خل.

* **ملحوظة**: بالنسبة للحروق من الدرجة الثانية فينصح بالذهاب إلى المستشفى وينصح بإستخدام عسل نحل كعلاج مفرد لهذه الحالات.

(٨) علاج للفطريات:

* **المكونات**: ٥٠ جرام حبة البركة + ٢٥ جرام دهن الورد.

● **طريقة الإستعمال:**

يخلط ببعضهما يطهر مكان الإصابة يمسه بقطعة مبلله بخل التفاح (غسيل لمكان الإصابة) ثم يدهن من التركيبة ثلاث مرات يوميًّا مع التدليك لمدة أسبوعين.

(٩) علاج للثعلبة:

وهي سقوط الشعر من بقعة معينة بالرأس وتظهر فروة الرأس، يشرط مكان تساقط الشعر بمشرط جراحي على أن يكون التشريط خفيف ثم يدهن المكان المصاب بثوم مهروس مع التدليك وتكرر العملية العلاجية هذه مرتين يوميًّا ولمدة عشرة أيام.

(١٠) علاج للبرص:

* **المكونات**: ٥٠ جرام حبة البركة مطحونة + ٥٠ جرام حناء ناعمة.

● **طريقة الإستعمال:**

(أ) يخلط الكل جيداً في خل تفاح حتى يصير كالمرهم، ثم يدلك به مكان الإصابة وتوضع لبخة من المعجون وتغطى بشاش ليلة كاملة مع تعريض أماكن الإصابة للشمس.

(ب) شراب كمون من ملعقتين عسل نحل + ثلاث فصوص ثوم مهروس + ملعقة زيت حبة البركة + ملعقة زيت الزيتون صباحًا على الريق وقبل النوم لمدة أسبوعين.

(جـ) عمل دهان من النطرون ٢٠ جرام + ٤٠ جرام زيت حبة البركة + ٢٠ جرام فلفل أسود ناعم.

● **طريقة الإستعمال:**

يخلط الكل جيداً ويدهن منهم أماكن الإصابة بالبرص صباحًا ومساءًا حتى تزول الأمراض بإذن الله تعالى.

(١١) علاج الجدري :

* **أعراضه**: ظهور بثور في الوجه واليدين وبعض أجزاء الجسم ويصاحبها قبل ظهورها إرتفاع في درجة حرارة المريض وألام في الظهر والحكة في الجلد وتكن هذه البثور في اللون الأبيض والأسود في الأندمال بعد سبع أيام وقد يصاحبها قيء وإسهال .

* **العلاج**:

(أ) غلي كوب حناء ناعمة وغمس القدمين فيهما لمدة نصف ساعة .

(ب) غلي ٢٠ جرام من أوراق الحناء في كوب ماء كبيرة ثم تصفى، ويشربها المريض مرة صباحًا ومرة مساءًا .

(جـ) عمل لبخة من الحناء توضع على الرأس والقدمين ليلة كاملة لمدة أسبوع .

(د) الإكثار في تناول الكرفس، الكزبرة، العدس الأصفر .

(هـ) يشرب المريض ٢ ملعقة زيت زيتون + ٢ ملعقة زيت حبة البركة صباحًا ومساءًا لمدة أسبوعين على التوالي .

(١٢) علاج الجرب :

* **أعراضه**: حكة شديدة مع ظهور بثور وبعض التقرحات وتكثر الإصابة في أماكن البطن والأصابع والساعدين والساقين .

* **العلاج:**

(أ) يطلى أماكن الإصابة بالقطران.

(ب) جرام زيت حبة البركة + ٢٥ جرام دهن بنفسج + ٢٠ جرام دهن ورد ويستحم المريض بماء ساخن ثم يدهن من التركيبة صباحًا ومساءًا حتى يبرأ بإذن الله تعالى.

* **ملحـوظة:** لابد من غـسل الملابس وغطاءات النوم بالماء المغلي على الدوام.

(جـ) يأخذ المريض حمام دافئ (ماء ساخنة) مع إستخدام صابون كبريت ثم يدهن الجسم بالكبريت صباحًا ومساءًا.

(د) الإكثار من شرب عسل النحل، زيت الزيتون ٢ ملعقة يوميًّا، وأكل ثلاث فصوص ثوم مرة يوميًّا، تقمح كف من حبة البركة بعد الغداء.

* **علاج الإكزيما:**

هي إلتهاب الجلد ويظهر على شكل بقع محمرة اللون ويصاحبها قشور بارزة أو تشققات بالجلد، ويصاحبها أيضًا حكة بالمكان المصاب.

* **العلاج:**

(أ) يغسل المريض مكان الإصابة بالإكزيما بخل التفاح المخفف بالماء ثم يدهن مكان الإصابة بالتركيبة التالية ثلاث مرات يوميًّا ٣٠ جرام حبة البركة + عصير بصل (بصلة واحدة) + ١٠ جرام زيت الكافور.

(ب) دهان أماكن الأصابع بعسل النحل مخلط بزيت حبة البركة ثلاث مرات يوميًّا.

(جـ) بعد غسل أماكن الإصابة بخل التفاح المخفف، يدهن المريض أماكن الإصابة بمهروس الثوم مع التدليك مرة صباحًا ومساءً.

(د) شراب كوب ماء مضاف إليه ثلاث ملاعق عسل نحل صباحًا ومساءً لمدة أسبوع.

(هـ) تقمح كف من حبة البركة صباحًا ومساءً لمدة شهر مع دهان مكان الإصابة بزيتها صباحًا ومساءً.

* * *

فصل

في علاجات أمراض

الضعف الجنسي والخصوبة لدى الرجال

● أدوية علاج الضعف الجنسي والخصوبة لدى الرجال:

الضعف الجنسي لدى الرجال ينقسم إلى :-

(١) قلة في السائل المنوي وضعف الحيوانات المنوية.

* **العلاج:**

(أ) تركيبة علاجية تعمل على زيادة السائل المنوي وتقوية الحيوانات المنوية.

* **المكونات:** ٤٠٠ جرام حبة البركة + ٢٠٠ جرام بذر الفجل + ٢٠٠ جرام بذر جرجير + ٢٠٠ جرام طلع النخيل.

● طريقة الإستعمال:

يطحن الكل جيداً ويحفظ في برطمان، ويتقمح الشخص منها ملعقة كبيرة كل ٨ ساعات لمدة ثلاث شهور.

(ب) تركيبة علاجية أخرى.

* **المكونات:** ١٠٠ جرام مغات خام + ٥٠ جرام زنجبيل + ٥٠ جرام تين فيل + ٢٥ جرام كمون كرهاني.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً ويؤخذ ٢٠ جرام في ٣٠٠ مللي ماء (كوب ونصف) حتى تستوي ثم تصفى ويضاف إليها ٢٠ جرام عسل نحل وتشرب على الريق ومثلها قبل النوم ولمدة ثلاث شهور.

(جـ) تركيبة علاجية أخرى أيضاً:

* **المكونات**: جرجير أخضر + فجل أخضر + كرات أخضر + جزر بنسب متساوية.

● **طريقة الإستعمال:**

يعصر الكل جيداً ويشرب مقدار كوب صباحًا وكوب مساءاً يوم بعد يوم لمدة ثلاث شهور ويؤخذ التركيبة رقم (ب) معها.

* **المكونات**: جرام زيت زيتون + ١٠ جرام زيت حبة البركة + ٤٠ جرام عسل نحل.

* **الجرعة**: تشرب هذه الجرعة كاملة قبل الغداء ولمدة شهر.

(هـ) مغلي نبات السدر وطلح النخيل ملعقة صغيرة من كل نوع ثم يصفى ويحلى بعسل النحل ويشرب قبل العشاء لمدة ٣ شهور.

ثانيًا: علاج ضعف الإنتصاب:

* **المكونات**: ٢٥٠ جرام حبة البركة + ١٠٠ جرام كبابة صيني + ٥٠ جرام جنزبيل + ٥٠ جرام لبان ذكر + ٥٠ جرام قرنفل.

● **طريقة الإستعمال:**

(أ) يطحن الكل جيداً جداًً حتى يصير المركب ناعم ثم نأخذ كيلو عسل نحل منزوع الرغوة، طريقته أن نضع العسل في إناء معدني ثم نضع الإناء هذا في إناء أكبر منه به ماء ويوضع على نار لينة حتى تظهر رغوة في العسل مع التسخين ويتم نزعها ثم توضع التركيبة العلاجية على العسل وتقلب جيداً حتى يختلط الكل بالكل وتوضع في برطمان ويؤخذ منها ٢ ملعقة كبيرة كل ٨ ساعات ولمدة شهر.

(ب) المداومة على شراب لبن الماعز أو اللبن البقري ويشرب صباحًا ومساءاً لمدة شهر. مفيد بإذن الله تعالى.

(جـ) شراب عصير البصل مقدار نصف كوب محلى بعسل النحل يوميًّا.

(د) شراب عصير الجرجير والجزر مقدار نصف كوب يوميًّا.

(هـ) شراب كوب من الجنزبيل مضاف إليه عسل النحل.

(و) تقمح كف من حبة البركة كل ١٢ ساعة ولمدة شهر.

(ي) تناول ثلاث فصوص ثوم مهروس يوميًّا.

ثالثًا: علاج لسرعة القذف:

* **المكونات:** ١٠ جرام عاقر قرحا + ١٠ جرام كبابة صيني + ٣٠ جرام ينسون + ٣٠ جرام نعناع.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً ويؤخذ ملعقة صغيرة تغلى في كوب ماء ثم تصفى وتحلى بعسل نحل ويشربها الرجل بعد الإفطار والعشاء كل يومين لمدة شهر، وعند اللزوم بساعة.

رابعاً: علاج لتقوية الحالة الجنسية لدى الرجال:

جرجير + فجل + كرات + بصل + جزر بنسب متساوية.

● **طريقة الإستعمال:**

تعصر كل المكونات ثم تصفى ويشرب منها الشخص ملعقة كل ساعة لمدة أسبوعين.

شراب ٥٠ جرام من عصير البصل مضاف إليه ٣٠ جرام عسل نحل يوم بعد يوم بعد الإفطار لمدة أسبوعين.

* **المكونات:** ١٠ جرام زيت زيتون + ٥ جرام زيت حبة البركة + ٣٠ جرام عسل نحل.

● **طريقة الإستعمال:**

تشرب الكل جرعة واحدة قبل النوم وقبل الإفطار لمدة شهر.

* **المكونات:** ٥٠ جرام حبة البركة + ٢٥ جرام زنجبيل + ٢٥ جرام دار صيني + ٢٥ بذر جزر.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً ويؤخذ ١٠جرام تغلى في ١٠٠ مللي من الماء تغلى جيداً، ثم تصفى ويضاف إلى الكوب ملعقة كبيرة زيت الزيتون ومثلها عسل نحل مساءاً يوم بعد يوم لمدة شهر.

* **تابع لعلاج سرعة القذف:**

دهان بزيت الخس على العضو الذكري مرة كل صباح لمدة أسبوع وعند اللزوم يراعى أن يكون قبل الجماع بساعة على الأقل. وينصح أيضاً بالإكثار من أكل الخس والفجل.

* **علاج للمساعدة على التخصيب:**

(أ) أكل الحمص الشام + كمون + زنجبيل + بيض مسلوق.

(ب) شراب القرفة والزنجبيل.

(جـ) بذر جزر + خس + بصل. يطحنوا جيداً ويغلى في كوب ويشرب صباحاً ومساءاً.

* **المكونات:** ٥٠ جرام لبان ذكر + ٢٥ جرام كبابة صيني + ١٠٠ جرام قرفة + ٢٥٠ جرام سكر نبات.

● **طريقة الإستعمال:**

يطحن الكل جيداً ويؤخذ ملعقة كبيرة تغلى في ٢٠٠ مللي ماء (كوب) ثم تصفى وتشرب منها صباحاً ومساءاً لمدة شهر.

* **المكونات**: ٥٠ جـرام جـوز الطيب + ٢٥ جـرام جنزبيل + ٢٥ جـرام قرنفل + ١٠٠ جرام زعتر.

● **طريقة الإستعمال:**

* يطحن الكل جيداً ويؤخذ ملعقة صغيرة تغلى في كوب ماء وتصفى وتشرب منها بعد الإفطار والغداء لمدة أسبوعين وعند اللزوم.

* الإكثار من أكل الكبدة، البط، الحمام، العصافير، اللحمة الجملي، الضاني، الخضروات، القلقاس، السبانخ، الكرنب.

* تناول كوب لبن مضاف إليه ثلاث فصوص ثوم مهروس يوميًّا على الإفطار.

* شراب عصير جرجير مع الجزر محلاه بعسل نحل كل يومين.

* دهان الجسم بزيت الزيتون كل ثلاث أيام ويترك ليلة كاملة.

* شراب لبن النوق والماعز وتناول حبيبات التمر.

* تناول كف من حبة البركة يوميًّا ولمدة شهر يقوي الجسم عامة.

❋ ❋ ❋

فصل

في ملخص الأمراض وعلاجها

(١) مضاد للقيء:

* **علاجه:** قرنفل، سعد، تفاح، شمر.

(٢) الغازات والرياح المسببة للإنتفاخ:

* **علاجه:** ينسون، شمر، زنجبيل، بقدونس، قرفة، خبيزة، زعتر.

(٣) الديدان:

* **علاجه:** حب الرشاد، ورق الخوخ، ثوم، بصل، سنامكي، كراوية، حبة البركة، ترمس، ورق التوت، عسل النحل.

(٤) الإسهال:

* **علاجه:** كوب ليمون، لبن، كوب ينسون، نعناع، بن.

(٥) الإمساك:

* **علاجه:** السنامكي، حلبة، تين، خس، اللبن، العرقسوس، خبيزة، تمر هندي.

(٦) عسر الهضم:

* **علاجه:** حبة البركة، خس، جرجير، جزر، سنامكي، كمون، شمر، بصل، كرات، فراولة، زعتر.

(٧) ضعف وظائف المعدة والأمعاء :

* **علاجه** : طماطم، خبيزة، بقدونس، فراولة، عباد الشمس، البرتقال، ينسون، عرق إكرا، كرات، رمان .

(٨) ضعف وظائف الكبد :

* **علاجه** : ينسون، الأترج، تمر هندي، بابونج، محلب مع عسل النحل، فجل، طماطم .

(٩) ضعف وظائف الكلى :

* **علاجه** : بصل، حرمل، حب الصنوبر، شمر، الخلة البلدي، بامية، بقدونس، فاصوليا، اللفت، برقوق .

(١٠) المغص المعوي :

* **علاجه** : ينسون، ريحان الأرض، بسباسه، تمر هندي، كمون، حلفا بر، شبت، بابونج، زيزفون، فول .

(١١) إحتباس البول :

* **علاجه** : حلبة، كركدية، حلفا بر، شاي أسود، بقدونس، فاصوليا، شمام، برقوق، باميا، بطيخ .

(١٢) عدم نزول الطمث :

* **علاجه** : خبيزة، كزبرة، حرمل، خيار، بقدونس .

(١٣) إحتباس نزول لبن الأم:

* **علاجه**: شمر، حلبة، مغات، فول سوداني، بسلة، بلح.

(١٤) ألام الصداع:

* **علاجه**: ينسون، بسابسة، بنفسج، حرمل، رمان، مسك، زعتر، صبر، ليمون، كوسة، توت، تفاح.

(١٥) ألام الصدر والسعال والربو:

* **علاجه**: ينسون، بنفسخ، حلبة، حمص، كمون، بصل، لبان ذكر، بطاطا، جزر أحمر، تين، أوراق الجوافة.

(١٦) نزلات البرد والأنفلونزا:

* **علاجه**: تمر هندي، حلبة، ليمون، كزبرة الهاء، كركدية، ثوم، مصطكى، تيليو، طماطم، جرجير، برتقال، جوافة.

(١٧) ألام الروماتيزم:

* **علاجه**: ينسون، ترمس، صبار، كرفس، حنظل، فاصوليا، كرنب، جوز الهند، حبة البركة.

(١٨) ألام إلتهابات المفاصل والعمود الفقري:

* **علاجه**: حلبة، حمص، خردل، سذاب، اللحلاح، كزبرة، أفوكادو، فاصوليا، كرنب، جوز الهند، حبة البركة.

(١٩) ألام الأسنان وإلتهابات اللثة :

* **علاجه** : ينسون، حمص، قرفة، حزنبل، خردل أبيض، حلفا بر، حب الرشاد، توت، جوافة، حبة البركة .

(٢٠) إلتهابات مهبلية ومسالك بولية :

* **علاجه** : رجل الأسد، المر، ذرة شامية، أملج، كبابة صيني، السعد، شعير، كراوية، بامية، بنجر، برقوق .

(٢١) إرتفاع نسبة السكر في الدم :

* **علاجه** : بصل، شبت، خس، بسلة، فاصوليا، كرنب، سبانخ، عباد الشمس، تين باباظ، حبة البركة .

(٢٢) ضغط الدم المرتفع :

* **علاجه** :كركدية، ثوم، كزبرة، طلح النخل، بردقوش، الأقحوان، عيش الغراب، فجل، موز، فراولة، كمثرى، حبة البركة .

(٢٣) الأمراض الجلدية (الأورام والحروق) :

* **علاجه** : ترمس، بنفسخ، حلبة، حمص، صبار، خردل، خروع، رمان، صبر، الخلة البري، بندق، كوسة، كرنب، باذنجان، حبة البركة .

(٢٤) أمراض تساقط الشعر :

* **علاجه** : ريحان الأرض، الأترج، كزبرة الماء، خروع، سمسم، زيتون، السدر، قمح، مرسين، جرجير، فجل، بامية، جوز الهند، حبة البركة .

(٢٥) أمراض النحافة :

* **علاجه** : حلبة، حب الصنوبر، قرفة، زنجبيل، سمسم، أملج، مغات، فول سوداني، بطاطا، فاصوليا، قلقاس، قرنبيط، بطاطس، حبة البركة .

(٢٦) الأنيميا :

* **علاجه** : حلتيت، ملوخية، خرشوف، جزر أحمر، بنجر، قرنبيط، سبانخ، موز، فراولة، مشمش، جوز الهند، تين، تفاح، عنب، حبة البركة .

(٢٧) السمنة :

* **علاجه** : رجل الأسد، بردقوش، لفت، عرقسوس، حبة البركة .

(٢٨) تقوية النظر :

* **علاجه** : كمون، شمر، زنجبيل، الصبر، الزعفران، جزر أصفر، مانجو، تفاح، حبة البركة .

(٢٩) تقوية الأعصاب :

* **علاجه** : كرات، حب الصنوبر، قرفة، رمان، كاكاو، قمح، خس، طماطم، خرشوف، جزر أصفر، اللفت، سبانخ، فول، موز، توت، عباد الشمس، عنب، حبة البركة .

(٣٠) الضعف الجنسي :

* **علاجه** : الياسمين، عاقر قرحا، زعفران، تيليو، قمح، جنسنج، حب العزيز، حبهان، مغات، بقدونس، كوسة، جزر أحمر، جرجير، لفت، توت، تين، حبة البركة .

(٣١) ضعف البويضات :

* **علاجه** : سذاب، طلح النخل، فجل، حبة البركة، عسل نحل، جرجير.

(٣٢) ضعف السائل المنوي :

* **علاجه** : طلح النخل، حب العزيز، فجل، جرجير، حبة البركة.

(٣٣) الأورام السرطانية :

* **علاجه** : بصل، ثوم، الشاي الأخضر، شبت، شمر، اللحلاح، الأقحوان، عيش الغراب، بقدونس، ملوخية، حبة البركة.

(٣٤) لتنشيط وتقوية الجسم عامة :

* **علاجه** : حبة البركة، عيش الغراب، البطاطا، بقدونس، ملوخية، مشمش، مانجو، الذرة الشامية.

** بالنسبة للعلاجات السابقة في هذا الفصل تؤخذ إما مفردة أي يختار المريض أي نوع متوفر لديه من الأدوية العشبية التي سبق ذكرها في العلاج، أو يختار عشبين أو ثلاثة بالأكثر وبنسب متساوية على أن تكون الأدوية المختارة من البذور العشبية وتطحن ويأخذ منها المريض ملعقة كبيرة وتغلى في كوب ماء ثم تصفى وتشرب كل ١٢ ساعة.

** وراجع فصل التركيبات السرية لعلاج الأمراض المستعصية.

* * *

فصل

في العلاج بالقرآن والأدوية العشبية

للأمراض العضوية والنفسية المتسبب فيها

(السحر - المس - الحسد - الربط - النظرة)

● **الرقية الشرعية:**

إنتشرت في الأونة الأخيرة الأحاديث الكثيرة في الأعمال السحرية والمس وإلتباس جن بإنسان وغير هذا.

ونرى إلتجاء الناس إلى بعض السحرة والمشعوذين من الذين يدّعون علاج هذه الأعراض ويقع بعض الناس ضحية للنصب في هذا المجال العلاجي، ومن فضل الله -عز وجل- قد جمعنا كل ما ورد عن سيدنا محمد ﷺ لعلاج هذه الأعراض من المرضى بالقرآن.

ويستطيع كل مريض بهذا أن يعالج نفسه أو يعالجه أحد من المقربين من المخلصين له، وسنذكر أرقام الآيات وسورها وعدد مرات تلاوتها.. وعلى القارئ العزيز أن يجتهد بنفسه ويجمعها كتابيًّا بالتسلسل. وللأعشاب دور أيضًا في علاج هذه الأمراض سنذكر بإذن الله تعالى الأعشاب المستخدمة في علاج السحر والمس والحسد وطريقة الإستخدام.

● أولاً: العلاج القرآني:

* سورة الفاتحة: بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ۝١ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ۝٢ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ۝٣ مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ ۝٤ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ۝٥ اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ۝٦ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلا الضَّالِّينَ ﴾ [الفاتحة: ١ - ٧].

* سورة البقرة: بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿ الم ۝١ ذَلِكَ الْكِتَابُ لا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ ۝٢ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ ۝٣ وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْكَ وَمَا أُنزِلَ مِن قَبْلِكَ وَبِالآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ ۝٤ أُولَئِكَ عَلَى هُدًى مِّن رَّبِّهِمْ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴾ [البقرة: ١ - ٥].

* سورة البقرة: بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿ وَاتَّبَعُوا مَا تَتْلُوا الشَّيَاطِينُ عَلَى مُلْكِ سُلَيْمَانَ وَمَا كَفَرَ سُلَيْمَانُ وَلَكِنَّ الشَّيَاطِينَ كَفَرُوا يُعَلِّمُونَ النَّاسَ السِّحْرَ وَمَا أُنزِلَ عَلَى الْمَلَكَيْنِ بِبَابِلَ هَارُوتَ وَمَارُوتَ وَمَا يُعَلِّمَانِ مِنْ أَحَدٍ حَتَّى يَقُولا إِنَّمَا نَحْنُ فِتْنَةٌ فَلا تَكْفُرْ فَيَتَعَلَّمُونَ مِنْهُمَا مَا يُفَرِّقُونَ بِهِ بَيْنَ الْمَرْءِ وَزَوْجِهِ وَمَا هُم بِضَارِّينَ بِهِ مِنْ أَحَدٍ إِلاَّ بِإِذْنِ اللَّهِ وَيَتَعَلَّمُونَ مَا يَضُرُّهُمْ وَلا يَنفَعُهُمْ وَلَقَدْ عَلِمُوا لَمَنِ اشْتَرَاهُ مَا لَهُ فِي الآخِرَةِ مِنْ خَلاقٍ وَلَبِئْسَ مَا شَرَوْا بِهِ أَنفُسَهُمْ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ ﴾ [البقرة: ١٠٢].

* سورة البقرة: (تقرأ سبع مرات) بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿ وَإِلَهُكُمْ إِلَهٌ وَاحِدٌ لاَّ إِلَهَ إِلاَّ هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ ۝١٦٣ إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضِ وَاخْتِلافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفُلْكِ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنفَعُ النَّاسَ وَمَا أَنزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِن مَّاءٍ فَأَحْيَا بِهِ الأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِيهَا مِن كُلِّ دَابَّةٍ وَتَصْرِيفِ الرِّيَاحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالأَرْضِ لآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ﴾ [البقرة: ١٦٣، ١٦٤].

* سورة البقرة: (تُكرر) بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿اللَّهُ لا إِلَهَ إِلاَّ هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ لا تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلا نَوْمٌ لَّهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الأَرْضِ مَن ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِندَهُ إِلاَّ بِإِذْنِهِ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَلا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِّنْ عِلْمِهِ إِلاَّ بِمَا شَاءَ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضَ وَلا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ﴾ [البقرة: ٢٥٥].

* سورة البقرة: (تُكرر) بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿آمَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ مِن رَّبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ وَمَلائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لا نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِّن رُّسُلِهِ وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ (٢٨٥) لا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلاَّ وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لا تُؤَاخِذْنَا إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلا تُحَمِّلْنَا مَا لا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنتَ مَوْلانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ﴾ [البقرة: ٢٨٥، ٢٨٦].

* سورة آل عمران: بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿شَهِدَ اللَّهُ أَنَّهُ لا إِلَهَ إِلاَّ هُوَ وَالْمَلائِكَةُ وَأُوْلُوا الْعِلْمِ قَائِمًا بِالْقِسْطِ لا إِلَهَ إِلاَّ هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ (١٨) إِنَّ الدِّينَ عِندَ اللَّهِ الإِسْلامُ وَمَا اخْتَلَفَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ إِلاَّ مِن بَعْدِ مَا جَاءَهُمُ الْعِلْمُ بَغْيًا بَيْنَهُمْ وَمَن يَكْفُرْ بِآيَاتِ اللَّهِ فَإِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ﴾ [آل عمران: ١٨، ١٩].

* سورة الأعراف: بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿إِنَّ رَبَّكُمُ اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضَ فِي سِتَّةِ أَيَّامٍ ثُمَّ اسْتَوَىٰ عَلَى الْعَرْشِ يُغْشِي اللَّيْلَ النَّهَارَ يَطْلُبُهُ حَثِيثًا وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ وَالنُّجُومَ مُسَخَّرَاتٍ بِأَمْرِهِ أَلا لَهُ الْخَلْقُ وَالأَمْرُ تَبَارَكَ اللَّهُ رَبُّ الْعَالَمِينَ (٥٤) ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ (٥٥) وَلا تُفْسِدُوا فِي الأَرْضِ بَعْدَ إِصْلاحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِّنَ الْمُحْسِنِينَ﴾ [الأعراف: ٥٤ - ٥٦].

* سورة يونس: (تُكرر) بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿فَلَمَّا أَلْقَوْا قَالَ مُوسَىٰ مَا جِئْتُم بِهِ السِّحْرُ إِنَّ اللَّهَ سَيُبْطِلُهُ إِنَّ اللَّهَ لا يُصْلِحُ عَمَلَ الْمُفْسِدِينَ (٨١) وَيُحِقُّ اللَّهُ الْحَقَّ بِكَلِمَاتِهِ وَلَوْ كَرِهَ الْمُجْرِمُونَ﴾ [يونس: ٨١، ٨٢].

* سورة طه: (تُكرر) بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿وَأَلْقِ مَا فِي يَمِينِكَ تَلْقَفْ مَا صَنَعُوا إِنَّمَا صَنَعُوا كَيْدُ سَاحِرٍ وَلا يُفْلِحُ السَّاحِرُ حَيْثُ أَتَىٰ﴾ [طه: ٦٩].

* سورة الأحقاف: (تُكرر) بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿وَإِذْ صَرَفْنَا إِلَيْكَ نَفَرًا مِّنَ الْجِنِّ يَسْتَمِعُونَ الْقُرْآنَ فَلَمَّا حَضَرُوهُ قَالُوا أَنصِتُوا فَلَمَّا قُضِيَ وَلَّوْا إِلَىٰ قَوْمِهِم مُّنذِرِينَ (٢٩) قَالُوا يَا قَوْمَنَا إِنَّا سَمِعْنَا كِتَابًا أُنزِلَ مِن بَعْدِ مُوسَىٰ مُصَدِّقًا لِّمَا بَيْنَ يَدَيْهِ يَهْدِي إِلَى الْحَقِّ وَإِلَىٰ طَرِيقٍ مُّسْتَقِيمٍ (٣٠) يَا قَوْمَنَا أَجِيبُوا دَاعِيَ اللَّهِ وَآمِنُوا بِهِ يَغْفِرْ لَكُم مِّن ذُنُوبِكُمْ وَيُجِرْكُم مِّنْ عَذَابٍ أَلِيمٍ (٣١) وَمَن لَّا يُجِبْ دَاعِيَ اللَّهِ فَلَيْسَ بِمُعْجِزٍ فِي الأَرْضِ وَلَيْسَ لَهُ مِن دُونِهِ أَوْلِيَاءُ أُوْلَئِكَ فِي ضَلالٍ مُّبِينٍ﴾ [الأحقاف: ٢٩ - ٣٢].

* سورة الصافات: بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿وَالصَّافَّاتِ صَفًّا (١) فَالزَّاجِرَاتِ زَجْرًا (٢) فَالتَّالِيَاتِ ذِكْرًا (٣) إِنَّ إِلَهَكُمْ لَوَاحِدٌ (٤) رَّبُّ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا وَرَبُّ الْمَشَارِقِ (٥) إِنَّا زَيَّنَّا السَّمَاءَ الدُّنْيَا بِزِينَةٍ الْكَوَاكِبِ (٦) وَحِفْظًا مِّن كُلِّ شَيْطَانٍ مَّارِدٍ (٧) لا يَسَّمَّعُونَ إِلَى الْمَلإِ الأَعْلَىٰ وَيُقْذَفُونَ مِن كُلِّ جَانِبٍ (٨) دُحُورًا وَلَهُمْ عَذَابٌ وَاصِبٌ (٩) إِلاَّ مَنْ خَطِفَ الْخَطْفَةَ فَأَتْبَعَهُ شِهَابٌ ثَاقِبٌ﴾ [الصافات: ١ - ١٠].

* سورة المؤمنون: بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لا تُرْجَعُونَ (١١٥) فَتَعَالَى اللَّهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ لا إِلَهَ إِلاَّ هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ (١١٦) وَمَن يَدْعُ مَعَ اللَّهِ إِلَهًا آخَرَ لا بُرْهَانَ لَهُ بِهِ فَإِنَّمَا حِسَابُهُ عِندَ رَبِّهِ إِنَّهُ لا يُفْلِحُ الْكَافِرُونَ (١١٧) وَقُل رَّبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَأَنتَ خَيْرُ الرَّاحِمِينَ﴾ [المؤمنون: ١١٥ - ١١٨].

* سورة الرحمن: بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿يَا مَعْشَرَ الْجِنِّ وَالإِنسِ إِنِ اسْتَطَعْتُمْ أَن تَنفُذُوا مِنْ أَقْطَارِ السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضِ فَانفُذُوا لا تَنفُذُونَ إِلاَّ بِسُلْطَانٍ (٣٣) فَبِأَيِّ آلاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ (٣٤) يُرْسَلُ عَلَيْكُمَا شُوَاظٌ مِّن نَّارٍ وَنُحَاسٌ فَلا تَنتَصِرَانِ (٣٥) فَبِأَيِّ آلاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ﴾ [الرحمن: ٣٣ - ٣٦].

* سورة الحشر: (تُكرر) بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿لَوْ أَنزَلْنَا هَذَا الْقُرْآنَ عَلَىٰ جَبَلٍ لَّرَأَيْتَهُ خَاشِعًا مُّتَصَدِّعًا مِّنْ خَشْيَةِ اللَّهِ وَتِلْكَ الأَمْثَالُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ (٢١) هُوَ اللَّهُ الَّذِي لا إِلَهَ إِلاَّ هُوَ عَالِمُ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ (٢٢) هُوَ اللَّهُ الَّذِي لا إِلَهَ إِلاَّ هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلامُ الْمُؤْمِنُ الْمُهَيْمِنُ الْعَزِيزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا يُشْرِكُونَ (٢٣) هُوَ اللَّهُ الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ يُسَبِّحُ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ﴾ [الحشر: ٢١ - ٢٤].

* سورة الإخلاص: (تُقرأ ثلاث مرات) بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ (١) اللَّهُ الصَّمَدُ (٢) لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ (٣) وَلَمْ يَكُن لَّهُ كُفُوًا أَحَدٌ﴾ [الإخلاص: ١ - ٤].

* سورة الفلق: (تُقرأ ثلاث مرات) بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ (١) مِن شَرِّ مَا خَلَقَ (٢) وَمِن شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ (٣) وَمِن شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ (٤) وَمِن شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ﴾ [الفلق: ١ - ٥].

* سورة الناس: (تُقرأ ثلاث مرات) بسم الله الرحمن الرحيم: ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ (١) مَلِكِ النَّاسِ (٢) إِلَهِ النَّاسِ (٣) مِن شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ (٤) الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ (٥) مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ﴾ [الناس: ١ - ٦].

* طريقة العلاج:

(١) تكتب هذه الآيات في ورقة بيضاء ويقرأها المريض أو المعالج يوميًّا على المريض إلى أن يأذن الله تعالى بالشفاء.

(٢) تكتب الآيات بماء زعفران على ورق أبيض وتوضع في قدر ماء عذب ويشرب منها المريض ويستحم بها في مكان طاهر لمدة أسبوع.

● ثانيًا: العلاج بالأعشاب:

(١) يأخذ المريض من أوراق السدر ٧ ورقات ويطحنهم في ماء عذاب وشرب منهم ويستحم في مكان طاهر ويلقى بماء الإستحمام في نهر أو زرع؛ لمدة ٧ أيام متتالية.

(٢) شراب كوب لبن مضاف إليه ملعقة كبيرة زيت زيتون وأخرى زيت حبة البركة يوميًّا.

(٣) الزعفران السائل شرابًا ويضاف إلى ماء الإستحمام.

(٤) يتناول المريض مقدار ٢ جرام من الحلتيت يوميًّا لمدة أسبوع، فهو خانق للجن وطارد له من داخل جسم الإنسان.

(٥) إستخدام زيت الزيتون كدهان للرأس والجسم كله، وأيضًا بإضافته إلى ماء قرآني قرأ عليه الرقية الشرعية، والشرب منه ودهان الجسم كله.

(٦) إستخدام المسك السائل دهان للرأس مع قراءة الرقية الشرعية للجسم كله، والشرب منه أيضًا بمقدار ٣ جرام يوميًّا لمدة أسبوع. فالجني

يختفي في رائحة المسك... ويفضل إضافة زيت الزيتون، زيت حبة البركة للمسك وقراءة الرقية الشرعية على الجسم ويشرب منهم المريض ويدهن بهما جسمه.

(٧) تركيبة فريدة من الأعساب تستخدم كبخور يوميًا وهي مفيدة جداً لطرد الجان من المكان ومن الأجساد إستنشاقًا أيضًا. وهي عبارة عن:

(أ) لبان ذكر + حلتيت + سيداروس + مسك خام.

(ب) كف مريم + جاوة + مستكة + زعفران التبخير مع قراءة سورة البقرة كاملة يوميًا بعد صلاة الفجر أفضل الأوقات.



فصل

في الحجامة

اللهم لك الحمد، ولك الشكر كما ينبغي لجلال وجهك وعظيم سلطانك...

اللهم لك الحمد على نعمك علينا حمداً كثيراً...

اللهم لك الحمد على أن بعثت فينا سيد الخلق وأشرفهم أجمعين سيدنا محمد ﷺ...

والحمد لله أن بعثت فينا من يهدينا إلى الطريق المستقيم، ويعلمنا ما كنا نجهله ويرشدنا إلى كل نافع لنا ويدلنا على خيرنا عبر العصور...

الحمد لله أن خلق فينا رجل نسعد به ونتمنى رؤياه ونسعد ونفخر بل ونرقى ونعلو بنصحائه وتعاليمه وإرشاداته لنا في الحياة، وإلى آخر الحياة هو رسولنا وحبيبنا وقائدنا ومعلمنا وهادينا إلى الخير والصواب دائماً.

فكما علّمنا رسول الله ﷺ أن نتداوى بالأعشاب والأدوية المفردة والمركبة وأن نسعى في طلب العلم وطلب العلاج لنتداوى...

وأرشدنا رسول الله ﷺ سيد الخلق أجمعين إلى طريق العلاج الصحيح وإلى الأدوية المختلفة لعلاج الأمراض المختلفة فهنا سيد الخلق أجمعين يعلمنا شيء أخر في العلاج وطريقة أخرى تعالج بها الأمراض وهي الحجامة.

قال رسول الله ﷺ: «**تداووا يا عباد الله، فإن الله لم يضع داءً إلاَّ وضع له**

الشفاء، **علمه من علمه وجهله من جهله»**. صحيح البخاري.

قال رسول الله ﷺ: «**الشفاء في ثلاثة شرطة محجم أو شربة عسل أو كية بنار وأنهى أمتي عن الكي**». صحيح البخاري.

وفي حديث جابر -رضي الله عنه- قال رسول الله ﷺ: «**لكل داءٍ دواء فإذا أصيب دواء الداء برأ بإذن الله تعالى**». رواه مسلم.

ونفهم من هذا أن سيدنا محمد ﷺ أوصانا بأنه عندما نمرض أن نسعى جاهدين وراء العلاج وأن نأخذ بالأسباب ولنلجأ إلى أصحاب العلم والمداوين الحاذقين.

وإذا حدث مرض لشخص ما، وسعى إلى العلاج ووصف له أمر الأطباء علاج معين وكان سبب في مداواته فهذا شفاء من عند الله. فالشفاء من عند الله وحده، أما تشخيص الحالات المرضية ووصف العلاج اللازم فهو هبه من عند الله يهبها لبعض عباده المتخصصين في مجال الطب والعلاج يمنحهم الحكمة في التشخيص وفي وصف العلاج اللازم لعلاج المرضى.

وقد هدانا رسول الله إلى أنواع كثيرة من العلاجات القرآنية والعشبية والنفسية والحجامة نوع من أنواع العلاجات لكل الأمراض، فهي نافعة في علاج كثير من الأمراض العضوية والنفسية وحتى الأمراض التي يسببها السحر والحجامة خير علاج لها إن شاء الله -عز وجل-.

وقد بيّن لنا رسول الله ﷺ أن الشفاء من ثلاثة شربة عسل وشرطة محجم وكية نار، وقال ﷺ: «**وأنا أنهى أمتي عن الكي**».

وهذه الأسباب الثلاثة وضعها لنا رسول الله ﷺ لكي نأخذ بإحداها أو كلها في التداوي، تبين أنه قد وضع العلاج والتداوي بالحجامة فوق ما سواها من أسباب العلاج، وقال رسول الله ﷺ: «**إن أفضل ما تداويتم به الحجامة**». وقال أيضًا: «**أفضل ما تداويتم به الحجامة**».

وقيل أن الحجامة لأهل البلاد الحارة، والفصد لأهل البلاد الباردة وعن جابر بن عبد الله -رضي الله عنهما- قال: سمعت رسول الله ﷺ يقول: «**إن كان في شيء من أدويتكم، أو يكون من شيء من أدويتكم خير ففي شرطة محجم أو شربة عسل أو لدغة نار توافق الداء، وما أحب أن أكتوي**». صحيح البخاري.

وهنا بيان من سيد الخلق ﷺ على تقديم وتفضيل الحجامة عن سواها ثم العسل بالمثل أيضًا في أحاديث أخرى ففيه الشفاء للناس عامة لكل الأمراض، وأيضًا تأخير الكي في كل الأحاديث بل والنهي عن إستخدامه كوسيلة للعلاج.

عن ابن مسعود -رضي الله عنه- قال رسول الله ﷺ: «**ما مررت ليلة أسري بي بملأ من الملائكة إلاَّ قال يا محمد مُر أمتك بالحجامة**». صحيح البخاري.

وعن ابن عباس -رضي الله عنهما- قال رسول الله ﷺ: «**ما مررت ليلة أُسري بي بملأ من الملائكة إلاَّ كلهم يقول لي عليك يا محمد بالحجامة**».

والحجامة نافعة لأهل البلاد الحارة والباردة لحديث: «**مُر أمتك بالحجامة**». لكون أمة سيدنا محمد ﷺ في جميع البلاد.

ومفهومها أيضًا أن الحجامة تنقل الأخلاط التي تسبب الألم من أماكن

مؤثرة إلى أماكن أقل تأثيراً وإذا شرط لها خرجت من الجسد وأراحته، وفي كل الأحاديث نرى أن الحجامة مقرونة بالعسل أي أنها تساوية قيمة ومنفعة وبما أن العسل شفاء للناس من كل داء وهذا الكلام قاله الله -سبحانه وتعالى- الذي ليس فيه ريب، وبما أن الحجامة هي وصف علاجي جيد من أشرف الخلق سيدنا محمد ﷺ، وما كان ينطق عن الهوى إن هو إلاّ وحي يوحى علمه شديد القوى، إذاً فالحجامة والعسل شفائين تامّين من كل الأمراض بإذن الله تعالى.

*** والحجامة تعالج حتى الأمراض التي يسببها السحر. لماذا؟**

لأن السحر كما قال عنه ابن القيم: هو مركب من تأثيرات الأرواح الخبيثة وإنفعال القوى الطبيعية عنها، هو أشد ما يكون من السحر ولاسيما أن من المواضيع الذي انتهى السحر إليها.

والسحر منه ما يشرب أو يؤكل أو يرش في مكان معيشة المسحور أو جنّي يسلط عليه من قبل ساحر، وكما قال رسول الله سيدنا محمد ﷺ أن الجنّي يجري في ابن أدم مجرى الدم، وعند دخول الجنّي بدن الإنسان فمن المعروف أنه يجري فينا مجرى الدم ويستقر في الرأس حتى يستطيع التحكم في عقل الإنسان وبالتالي في تصرفاته وسلوكه ويؤثر على إشارات المخ.

وعمل الحجامة من أنفع العلاجات لإستخراج الجنّي من بدن الإنسان بعملها على الرأس وإستخراج الدم منها الذي يحمل السحر أي كان، ومن النافع في حالات إستخراج السحر مشروباً أو مأكولاً أو جنيًّا مسلط على

المريض، هو العلاج بالقرآن الكريم وشراب العسل القرآني مضاف إليهم كل من أمن بالله ورسولهﷺ من سكان الأرض، ومُر أمتك بالحجامة، هي نصيحة أهل السماء أهل الإخلاص والأمانة والطهر والنقاء، فنصحوا بها سيدنا محمد ﷺ حينما أُسري به إلى السماء.

● مفهوم الحجامة:

الأحشاء الداخلية تشترك مع أجزاء معينة من جلد الإنسان من مكان دخول الأعصاب المغذية لها في النخاع الشوكي وبمقتضى هذا الإشتراك فإن أي تنبيه للجلد في منطقة ما من الجسم يؤثر على الأحشاء الداخلية المقابلة لهذا الجزء من الجلد وهي نفس النظرية التي قامت عليها الإبر الصينية في علاج الأمراض المختلفة وبمعرفة خرائط توزيع الأعصاب على الجلد وعلى الأحشاء الداخلية يمكن معرفة أجزاء الجلد التي تعمل فيها الحجامة للحصول على الأثر الطبي المنشور في اللواء الإسلامي عام ١٤١٦هـ. للدكتور/ علي محمد مطاوع.

● الحجامة:

فها هو العلاج الأمثل لثلاث حالات مرضية والله أعلى وأعلم بكل أمر.

... أفضل أوقات عمل الحجامة كما ذُكر في الصحيحين والجامع الصحيح للألباني، عن أنس -رضي الله عنه- قال: «كان سيدنا محمد ﷺ يحتجم في الأخدعين والكاهل وكان يحتجم لسبعة عشر وتسعة عشر وفي إحدى وعشرين». رواه الترمذي.

وعن أبي هريرة – رضي الله عنه– قال: قال سيدنا محمد ﷺ: «**من احتجم لسبع عشر وتسعة عشر وإحدى وعشرين، كان شفاء من كل داء**». رواه الترمذي.

أفضل أيام الأسبوع لعمل الحجامة: أيام الخميس، الإثنين، الثلاثاء.

عن نافع عن ابن عمر –رضي الله عنهما– قال: قال سيدنا محمد ﷺ: «**إحتجموا على بركة الله يوم الخميس وإجتنبوا الحجامة يوم الأربعاء والجمعة والسبت ويوم الأحد تحريًا، أو إحتجموا يوم الإثنين والثلاثاء فإنه اليوم الذي عافى فيه أيوب من البلاء وضربه البلاء يوم الأربعاء فإنه لا يبدوا جذام ولا برص إلا يوم الأربعاء أو ليلة الأربعاء**». من مسند ابن ماجه.

● **أدوات الحجامة:**

متوفرة الأن في الأسواق على هيئة كؤوس مختلفة الأحجام ويضيف إليها الحجّام الأدوات التالية ولا ينسى التعاليم الآتية حفاظًا على صحته وصحة المحتجم والتأكد من عمل الحجامة للمريض بكفاءة وفاعلية تفيده في علاج مرضه.

* جوانتي طبي لكل مريض ويستخدم مرة واحدة فقط.

* بلونات مطاطية تستخدم مرة واحدة لجمع الدم في الكأس.

* مشرط طبي يستخدم لكل مريض.

● **نصائحه:**

(١) لابد على الحجّام أن يقوم بقياس ضغط الدم للمريض قبل إجراء الحجامة والتأكد من ضبط ضغط الدم للمريض.

(ب) إن كان المريض يعاني من مرض السكر لابد من قياسه في الدم أولاً.

(جـ) إن حدث هبوط أو إغمائه لابد من توقف الحجام عن عمله حتى يستعيد المريض وعيه وتوزانه وليستخدم العلاج اللازم لذلك.

(د) يراعى الحجّام إن كان المريض يعاني من مرض سيولة الدم فلابد أن تكون عملية التشريط بحرص ويوصى بالوخذ بدل التشريط.

(هـ) يبعد الحجّام أماكن التشريط عن الأوردة والشرايين الظاهرة.

(و) يفضل عمل الحجامة للمريض على معدة خالية أم صباحًا قبل الإفطار أو بعد الأكل بسبع ساعات.

(ر) لا يتم عمل الحجامة لمن يعاني من البرد إلا بعد شفاؤه.

(ي) يراعى الحرص وعدم الخوض مع مرضى الضغط المنخفض والأنيميا وسيولة الدم.

● **طريقة إجراء الحجامة:-**

(١) يوضع الكأس المجهز على المكان المراد، ثم يتم شفط الهواء من الكأس حتى يتم تفريغه، وبالتالي يتم شفط الجلد داخل الكأس حتى يظهر

الجلد باللون الأحمر الدموي وهو ناتج من تجمع الدم الفاسد في هذا المكان ويترك الكأس خمسة دقائق ثم ينتزع، إلى هذه المرحلة تسمى الحجامة الجافة، أما إذا قام الحجام بتشريط مكان تجمع الدم حوالي ١٥ شرطة من أعلى إلى أسفل البدن تسمى حجامة بالتشريط.

(٢) ثم يوضع الكأس مرة أخرى ويتم الشفط مرة أخرى ونرى نزول الدم في البالون وننتظر خمسة دقائق ثم ننتزع الكأس بحذر مع وضع قطعة قطن كبيرة تحته حتى لا يحدث نزول للدم من الكأس على الجسد.

(٣) ثم يوضع كأس أخرى بالبالون وتعمل نفس الطريقة السابقة حتى نرى تجلط الدم تماماً، وبهذا تنتهي عملية الحجامة بالتشريط ويطهر المكان بمطهر جراحي ويفضل دهان مكان التشريط بعسل النحل ويجب التخلص من الجوانتي والبالونات والمشرط بعد إنتهاء الحجامة، وتنظف الكؤوس جيداً بأي مادة مطهرة وتحفظ للمريض لإستخدامها مرة أخرى له هو فقط، لابد من أن يرتاح المريض مدة لا تقل عن ثلاثة أيام بعد الحجامة.

* * *

*** وهذه بعض الأمراض وأماكن عمل الحجامة عليها، بترتيب رقمي موضح على الرسم، حتى تسهل للقائم بالحجامة عمله بدقة إن شاء الله تعالى، ولا ننسى أن الشفاء من عند الله وحده لا شريك له فيه.**

* لألام الروماتيزم والركبتين موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ١٠٢، ١٠٣).

* لألام الظهر والعمود الفقري موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٥٦، ٧٩، ٧٠).

* لألام الرقبة والأكتاف موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٨٤).

* لألام عرق النسا موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٥٦، ٥٧، ٥٨، ٩٨، ٩٩).

* لألام خشونة المفاصل موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٥٦، ٥٧، ٥٨، ١٠٢، ١٠٣).

* لألام النقرس موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٧٣، ٧٦، ٣١، ٣٢).

* لألام الروماتيد موضع: (٤٥، ٦٥، ٦٦، ٩٠، وأماكن الألم).

* لألام الشلل النصفي والكلي موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٩١، ٩٠، ٥٦، ٥٧، ٥٨، وعلى المكان المصاب).

* لتقوية جهاز المناعة موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٢١، ١٠٠، ١٠١).

* لتنشيط الدورة الدموية موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٥٦).

* لتنميل الأطراف في الذراعين موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٨٤).

* لتنميل الأرجل موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٥٦، ٥٧، ٥٨).

* لألام البطن والتقلصات موضع: (٤٥، ٦٥، ٦٦، ٥٢، ٥٣، ٣٨، ٣٩، ٤٠، ٤١).

* لألام الصداع موضع: (٤٥، ٤٨، ٤٦، ٤٧، ٨٢، ٨٣).

* لألام الصداع النصفي موضع: (٤٥، ٤٨، ٤٧، ٦).

* لألام وتقوية البصر موضع: (٤٥، ٦٥، ٦٦، ٤٨، ٤، ٥، ٩١، ٩٢).

* لأمراض الإلتهابات الحنجرة واللوزتين والبرد موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٨٥، ٨٦).

* لألام الأسنان واللثة موضع: (٤٥، ٦٥، ٦٦، ٨٢، ٨٣).

* لضعف السمع وتقوية العصب السمعي موضع: (٤٥، ٦٥، ٦٦، ٤٨، ٨٩، ٨٨).

* لإلتهابات الجيوب الأنفية موضع: (٤٥، ٤٨، ٢، ٣، ٩، ١٠، ١١، ٩٠).

* لإلتهابات العصب الخامس والسابع موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ١١، ١٢، ١٣، ١٤).

* للمساعدة على النطق موضع: (٤٥، ٤٨، ٩٠، ٩٤، ٨، ١٥).

* لعلاج نزيف الرحم موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦).

* لعلاج إنقطاع الدورة الشهرية في غير ميعادها أو تأخرها موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٣٠، ٣٢، ٣٦، ٣٧).

* لعلاج إلتهابات وإفرازات المهبل موضع: (٤٥، ٤٨، ٥٦، ٥٧، ٥٨، ٦٥، ٦٦).

* لتنشيط المبايض موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٥٦، ٢٦، ٢٧).

* لعلاج البواسير موضع: (٤٥، ٤٨، ٢٢).

* لعلاج الناصور موضع: (٤٥، ٤٨، ٥٦، ٥٧، ٥٨).

* لعلاج البروستاتا موضع: (٤٥، ٤٨، ٥٦، ٥٧، ٥٨، ٢٦، ٢٧، ٣٢، ٤٢، ٤٣).

* لعلاج الضعف الجنسي موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٥٦، ٥٧، ٥٨، ٢٦، ٢٧، ٣٢، ٤٢، ٤٣).

* لعلاج ضيق التنفس والربو والكحة موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٨٠، ٨١).

* لعلاج إرتفاع ضغط الدم موضع: (٤٥، ٦٥، ٦٦، ٤٨، ٤٦، ٤٧، ٥٦).

*لعلاج قرحة المعدة وإلتهابات المريء موضع: (٤٥، ٦٥، ٦٦، ٥٢، ٥٣، ٩٥، ٨٥، ٨٦).

* لأمراض الكلى والحصوات موضع: (٤٥، ٤٨، ٥١، ٨٦، ٨٥، ٥٤، ٥٥، ٦٩، ٧٠).

* لأمراض الإمساك المزمن موضع (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٥٧، ٥٨، ٧٣، ٧٤، ٧٥، ٧٦).

* لأمراض القولون موضع: (٤٥، ٦٥، ٦٦، ٥١، ٥٢، ٥٣، ٥٩، ٦٠، ٦١، ٦٢).

* لعلاج الإسهال المزمن موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٣٨، ٣٩، ٤٠، ٤١).

* لعلاج التبول اللاإرادي موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٣٨، ٣٩، ٤٠، ٤١).

* لعلاج الحالات النفسية مثل الإكتئاب والقلق والتوتر العصبي موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٥٦، ١، ٩٣).

* لعلاج تصلب الشرايين وضيق الأوعية الدموية موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٥٦، ٦٦، ١، ٩٣).

* لعلاج الإلتهابات فم المعدة موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٢٢).

* لعلاج كثرة النوم الثقيل موضع: (٤٥، ٦٥، ٦٦، ١٠٠، ١٠١، ٩٠).

* لعلاج الأمراض الجلدية مثل الخراريج، الدمامل، القرح المزمنة موضع:

(٤٥، ٦٥، ٦٦، ٣٠).

*لأمراض السكر موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٥١، ٥٢، ٥٣، ٦٧، ٦٨، ٦٩، ٧٠).

* لأمراض القلب موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٢٠، ٣٤، ٣٥، ٨٠، ٨١، ٧٠).

* لعلاج الدوالي بالساقين موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٧٣، ٧٤، ٧٥، ٧٦، وعلى جوانب مكان الدوالي).

* لعلاج دوالي الخصية موضع: (٤٥، ٦٥، ٦٦، ٤٨، ٥١، ٥٧، ٥٨، ٧٣، ٧٤، ٧٥، ٧٦، ٢٦، ٢٧، ٩٨، ٩٩).

* لعلاج داء الفيل موضع: (٤٥، ٤٨، ٥٦، ٥٧، ٥٨، ٧٩، ٢١، ٢٢، ٢٦، ٢٧، ٩٨، ٩٩).

* لعلاج جميع الأعراض الجلدية والفطريات والإلتهابات موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٢١، ٣٠، ٣٢، ٥٢، ٥٣).

* لعلاج السمنة موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٢١، ٥٤، ٥٥، ٧٩).

* لعلاج النحافة موضع: (٤٥، ٦٥، ٦٦، ٢٢).

* لعلاج العقم لدى الرجال والنساء موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٥٧، ٥٨، ٢١، ٢٦، ٢٧، ٤٤، ٧٩، ٨٥، ٨٦).

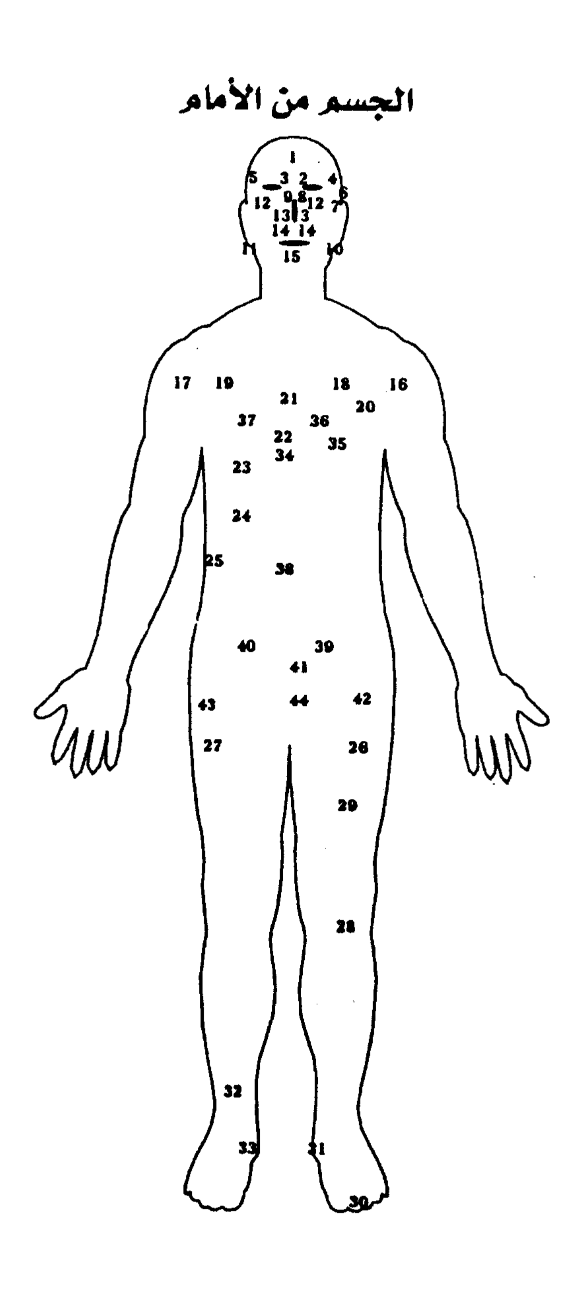
* لعلاج الغدة الدرقية موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٨٥، ٨٦).

* لعلاج زيادة الأملاح موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٣١، ٣٣، ٣٢).

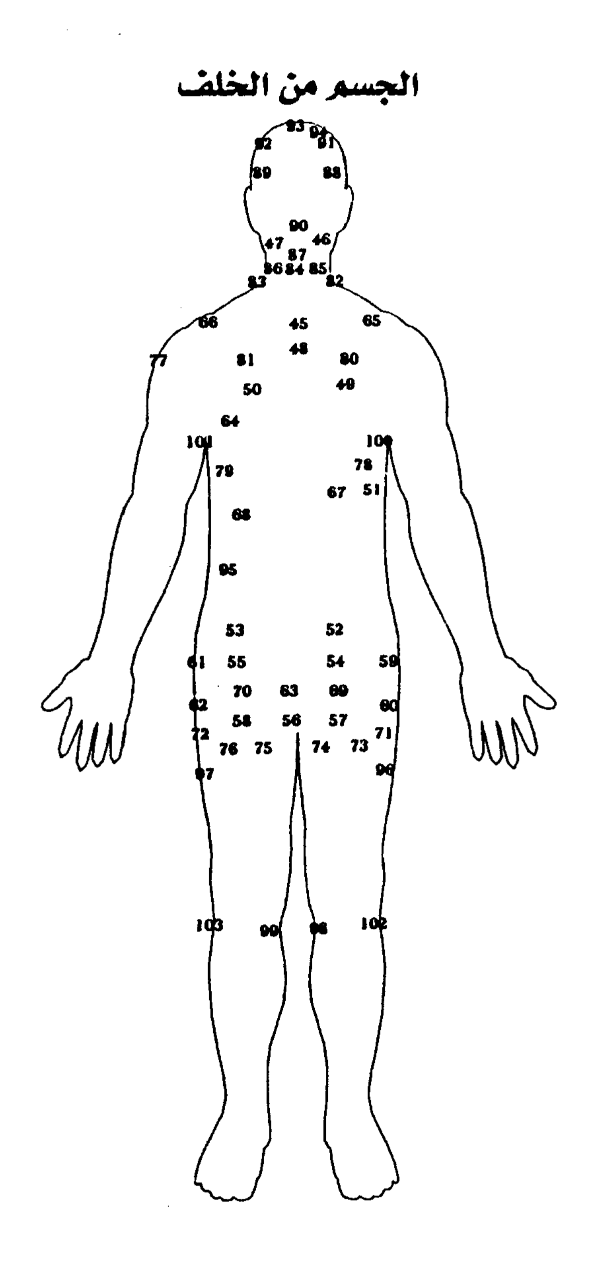
*لتقوية الجسم وإزالة ألامه موضع: (٤٥، ٤٨، ٦٥، ٦٦، ٩٣).

***

الجسم من الأمام



الجسم من الخلف



فهرس الكتاب

* * *